

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



| Наименование блюда                                           | Выход    | Углеводы      | Ккал        |
|--------------------------------------------------------------|----------|---------------|-------------|
| <b>Первый завтрак</b>                                        |          |               |             |
| Сосиски отварные с соусом                                    | 50/50    | 3,75          | 204         |
| Макаронные изделия отварные с маслом                         | 150/5    | 32,01         | 203         |
| Чай с лимоном                                                | 200/7/10 | 7,71          | 42          |
| Хлеб пшеничный                                               | 50       | 24,60         | 118         |
| <b>Итого:</b>                                                |          | <b>68,07</b>  | <b>567</b>  |
| <b>Обед</b>                                                  |          |               |             |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н) | 200      | 8,80          | 88          |
| Рагу из куриного филе ( с картофелем )                       | 250      | 21,50         | 308         |
| Компот из смеси сухофруктов                                  | 200      | 32,01         | 133         |
| Хлеб пшеничный                                               | 50       | 24,60         | 118         |
| Хлеб ржаной                                                  | 35       | 16,45         | 80          |
| Сметана                                                      | 20       | 0,70          | 41          |
| <b>Итого:</b>                                                |          | <b>104,06</b> | <b>768</b>  |
| <b>Полдник</b>                                               |          |               |             |
| Пирожок печеный с капустой и луком                           | 100      | 42,04         | 247         |
| Чай с сахаром                                                | 210      | 13,60         | 40          |
| <b>Итого:</b>                                                |          | <b>55,64</b>  | <b>287</b>  |
| <b>Весь рацион питания:</b>                                  |          | <b>227,77</b> | <b>1622</b> |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C     | A      | E    |
| 52,91                               | 54,08  | 227,77   | 0,59                    | 0,65 | 50,61 | 124,48 | 2,74 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 381,11                              | 711,67 | 262,57   | 28,18                   |      |       |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



| Наименование блюда                                           | Выход    | Углеводы | Ккал |
|--------------------------------------------------------------|----------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                                        |          |          |      |
| Сосиски отварные с соусом                                    | 50/50    | 3,75     | 204  |
| Макаронные изделия отварные с маслом                         | 200      | 41,30    | 262  |
| Чай с лимоном                                                | 200/7/10 | 7,71     | 42   |
| Хлеб пшеничный                                               | 50       | 24,60    | 118  |
| Итого:                                                       |          | 77,36    | 626  |
| <b>Обед</b>                                                  |          |          |      |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н) | 250      | 11,00    | 110  |
| Рагу из куриного филе ( с картофелем )                       | 280      | 24,08    | 344  |
| Компот из смеси сухофруктов                                  | 200      | 32,01    | 133  |
| Хлеб пшеничный                                               | 50       | 24,60    | 118  |
| Хлеб ржаной                                                  | 35       | 16,45    | 80   |
| Сметана                                                      | 20       | 0,70     | 41   |
| Итого:                                                       |          | 108,84   | 826  |
| <b>Полдник</b>                                               |          |          |      |
| Пирожок печеный с капустой и луком                           | 150      | 63,06    | 370  |
| Чай с сахаром                                                | 210      | 13,60    | 40   |
| Итого:                                                       |          | 76,66    | 410  |
| Весь рацион питания:                                         |          | 262,86   | 1862 |

**Для всего меню**

| В граммах                           |        |          |       | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы |       | B1                      | B2   | C     | A      | E    |
| 60,34                               | 60,84  | 262,86   |       | 0,69                    | 0,68 | 64,15 | 138,16 | 4,11 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |       |                         |      |       |        |      |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe    |                         |      |       |        |      |
| 427,59                              | 793,34 | 289,80   | 29,51 |                         |      |       |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

