

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68



На 02.10.2021 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Гуляш		50	1,45	111
Каша гречневая рассыпчатая (с маслом)		150/10	39,86	281
Чай с сахаром (н)		200/15	13,60	56
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		68,77	518
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	136
Котлеты из говядины		55	6,61	161
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Компот из яблок +С витам.		200	23,95	96
Итого:	84,00		107,86	739
Весь рацион питания:	149,00		176,63	1257

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,89	41,26	176,63	0,57	0,32	6,29	88,57	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
121,54	527,20	223,55	12,30				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.