

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 07.10.2021 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка из творога с повидлом		100/30	45,65	330
Сыр (порциями)		20	0,00	69
Чай с сахаром (н)		200/15	13,60	56
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:		65,00	73,11	525
Обед				
Салат из белокочанной капусты с яблоками		50	5,58	45
Суп с крупой пшенной		250	1,72	51
Жаркое по-домашнему		175	16,58	295
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:		84,00	86,21	674
Весь рацион питания:		149,00	159,32	1199

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
48,74	41,70	159,32	0,25	0,29	18,52	59,58	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
496,38	632,66	123,54	8,11				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.