

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Котлеты из говядины		55	6,61	161
Бобовые отварные		150	34,93	206
Чай с лимоном (н)		200	7,71	57
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		63,11	494
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
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 ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	84,00		109,44	731
Весь рацион питания:	149,00		172,54	1225

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
51,69	35,53	172,54	0,91	0,60	12,38	91,51	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
300,67	865,47	367,89	33,67				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамьянова В. А.

