

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

На 10.11.2021 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Масло (порциями)		10	0,13	66
Запеканка из творога с повидлом		100/30	45,65	330
Компот из изюма+С витаминизация		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		91,65	599
Обед				
Винегрет овощной (лук реп.)		50	3,65	63
Рассольник ленинградский		250	11,98	107
Компот из свежих плодов (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	28,20	117
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Плов из курицы		150	26,80	229
Итого:	84,00		100,94	666
Весь рацион питания:	149,00		192,59	1265

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
37,67	36,23	192,59	0,32	0,20	23,85	72,18	0,10
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
299,19	506,91	127,80	5,63				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтямова В. А.