

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

СОГЛАСОВАНО  
Школы №68

М Е Н Ю

На 11.11.2021 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Рыба припущенная		55	0,46	73
Пюре картофельное		150	20,44	137
Кофейный напиток с молоком		200	15,95	113
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
<b>Итого:</b>	<b>65,00</b>		<b>50,71</b>	<b>393</b>
<b>Обед</b>				
Винегрет овощной (лук реп.)		50	3,65	63
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	136
Гуляш		50	1,45	111
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196
Компот их свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
<b>Итого:</b>	<b>84,00</b>		<b>110,27</b>	<b>771</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>149,00</b>		<b>160,98</b>	<b>1164</b>

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
40,58	37,21	160,98	0,59	0,40	31,88	98,57	0,01	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
159,10	535,42	141,31	8,37					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

