ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

Школа №68

М Е Н Ю

На 12.11.2021 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сыр (порциями)		30	0,00	103
Каша вязкая молочная из рисовой крупы(с маслом)		200/10	42,95	294
Чай с молоком		200	15,90	81
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		72,71	548
Обед				
Салат из соленых огурцов с реп. луком		50	1,29	30
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
Плов из курицы		150	26,80	229
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Компот из свежих плодов (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	28,20	117
Итого:	84,00		110,82	659
Весь рацион питания:	149,00		183,53	1207

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
38,21	34,40	183,53	0,39	0,44	20,03	154,41	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
595,97	637,87	153,32	5,06

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.