

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО  
Школы №68

На 13.11.2021 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал		
Первый завтрак						
Шницель из куриного филе		50	8,14	143		
Капуста тушеная		150	11,84	116		
Хлеб пшеничный		30	13,86	70		
Чай с лимоном (н)		200	7,71	57		
	Итого:	65,00	41,55	386		
Обед						
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	136		
Биточки из филе кур		50/5	8,14	143		
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196		
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		
	Итого:	84,00	113,64	742		
Весь рацион питания:				149,00	155,19	1128

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
Белки	35,54	155,19	34,63	0,48	38,72	101,38	0,01
42,98							
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
342,70	531,39	213,43	26,50				

Директор

Бригадир



(Михалев А. И.)

Калькулятор

Ахтамянова В. А.