

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

На 15.11.2021
(понедельник)

М Е Н Ю

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с яблоками		50	4,26	20
Биточки из филе кур		50/5	8,14	143
Каша рисовая рассыпчатая (с маслом)		150/10	39,29	242
Кофейный напиток с молоком		200	15,95	113
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		81,50	588
Обед				
Салат из свеклы отварной		50	4,13	46
Борщ со свежей капустой и картофелем		250	10,93	95
Котлеты из говядины		55	6,61	161
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196
Компот из шиповника		200	27,52	112
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	84,00		109,96	760
Весь рацион питания:	149,00		191,46	1348

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
91,59	45,01	191,46	0,34	0,34	66,94	154,47	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
179,59	509,68	142,17	8,01				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.