ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

Школа №68

М Е Н Ю

На 20.11.2021 (суббота)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Котлеты из говядины		55	6,61	161
Пюре картофельное		150	20,44	137
Чай с сахаром (н)		200/15	13,60	56
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		54,51	424
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
Гуляш		50	1,45	111
Каша перловая рассыпчатая (с маслом)		150/10	32,91	220
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		117,09	731
Весь рацион питания:	149,00		171,59	1155

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
32,77	36,10	171,59	0,38	0,24	29,57	85,50	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
159,67	521,62	127,30	8,05

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.