

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Масло (порциями)		10	0,13	66
Каша жидкая молочная из пшениной крупы		220	43,40	291
Чай с молоком		200	15,90	81
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Яйца вареные		40	0,03	63
<b>Итого:</b>	<b>65,00</b>		<b>73,32</b>	<b>571</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
Котлеты из говядины		55	6,61	161
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
<b>Итого:</b>	<b>84,00</b>		<b>119,80</b>	<b>757</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>149,00</b>		<b>193,12</b>	<b>1328</b>

Для всего меню				Витамины в миллиграммах					
В граммах		Углеводы		B1	B2	C	A	E	
Белки	Жиры	34,83	44,82	193,12	0,35	0,52	13,45	256,57	1,23
Минеральные вещества в миллиграммах									
Ca	P	Mg	Fe						
292,01	497,71	111,53	6,15						

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамьянова В. А.

