

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Масло (порциями)		20	0,26	132
Каша жидкая молочная из пшенной крупы		220	43,40	291
Какао с молоком		200	17,58	119
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		75,10	612
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
Котлеты из говядины		55	6,61	161
Пюре картофельное		150	20,44	137
Компот из шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	84,00		109,10	693
Весь рацион питания:	149,00		184,20	1305

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	
29,91	48,71	184,20	0,45	0,51	78,17	207,90	1,23	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg	Fe					
355,31	543,35	132,19	6,12					

Директор



(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.