

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|----------------------------------|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Сыр (порциями) | | 15 | 0,00 | 52 |
| Запеканка из творога с повидлом | | 100/30 | 45,65 | 330 |
| Чай с молоком | | 200 | 15,90 | 81 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 13,86 | 70 |
| Итого: | 65,00 | | 75,41 | 533 |
| Обед | | | | |
| Винегрет овощной (лук реп.) | | 50 | 3,65 | 63 |
| Рассольник ленинградский | | 250 | 11,98 | 107 |
| Шницель рыбный с маслом (молоко) | | 55 | 4,57 | 115 |
| Пюре картофельное | | 150 | 20,44 | 137 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 13,86 | 70 |
| Компот из шиповника | | 200 | 27,52 | 112 |
| Итого: | 84,00 | | 98,46 | 684 |
| Весь рацион питания: | 149,00 | | 173,87 | 1217 |

| Для всего меню | | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|------|-------------------------|-------|--------|------|--|
| В граммах | | | В1 | | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | | В2 | С | А | Е | |
| 39,59 | 34,84 | 173,87 | 0,40 | 0,19 | 85,55 | 112,58 | 0,10 | |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | | |
| 519,55 | 670,53 | 132,83 | 6,57 | | | | | |

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтямова В. А.