

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 24.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Тефтели 2-й вариант		110	9,44	142
Бобовые отварные		150	34,93	206
Чай с сахаром (н)		200	13,60	56
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		71,83	474
Обед				
Салат из соленых огурцов с реп. луком		50	1,29	30
Суп с крупой рисовой		250	1,72	51
Курица отварная (с маслом)		55	0,24	164
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196
Компот из изюма+С витаминизация		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	84,00		96,03	724
Весь рацион питания:	149,00		167,86	1198

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах					
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	
46,80	36,80	167,86	0,77	0,29	6,11	154,18	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg	Fe					
229,33	497,19	130,07	10,06					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.