

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю



На 10.01.2022  
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Масло (порциями)		10	0,13	66
Каша вязкая молочная из риса, пшена с маслом и сахаром		220	43,46	300
Какао с молоком		200	17,58	119
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	70,00		75,03	555
<b>Обед</b>				
Огурцы натуральные соленые		30	0,51	3
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
Плов		150	12,85	159
Компот из свежих плодов (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	28,20	117
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	90,00		96,09	562
Весь рацион питания:	160,00		171,11	1117

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
28,29	34,18	171,11	0,71	0,53	15,18	119,20	0,41
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
343,65	603,40	148,18	5,58				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтамянова В. А.