

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 11.01.2022 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Масло (порциями)		10	0,13	66
Запеканка из творога с повидлом		150	52,67	381
Чай с молоком		200	15,90	81
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:		70,00	82,56	598
Обед				
Суп с крупой пшениной		250	1,72	51
Тефтели 2-й вариант		110	9,44	142
Каша ячневая рассыпчатая (с маслом)		150/10	32,18	219
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		30.6	13,86	70
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:		90,00	105,67	695
Весь рацион питания:		160,00	188,23	1293

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
38,69	42,03	188,23	0,28	0,15	5,19	143,28	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
399,01	629,43	109,60	4,66				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.