

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68



На 20.01.2022 (четверг)

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Биточки | | 55 | 6,61 | 161 |
| Бобовые отварные | | 150 | 34,93 | 206 |
| Чай с молоком | | 200 | 15,90 | 81 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 13,86 | 70 |
| Итого: | | 70,00 | 71,30 | 518 |
| Обед | | | | |
| Зеленый горошек порц. | | 10 | 0,65 | 0 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | | 250 | 24,22 | 133 |
| Плов | | 200 | 17,13 | 212 |
| Компот из яблок +С витам. | | 200 | 23,95 | 96 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 13,86 | 70 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | | 90,00 | 96,26 | 591 |
| Весь рацион питания: | | 160,00 | 167,56 | 1109 |

Для всего меню

| В граммах | | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------|-------------------------|-------|-------|------|--|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е | |
| 43,53 | 28,92 | 167,56 | 1,21 | 0,34 | 11,42 | 61,50 | 0,00 | |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | | |
| 217,53 | 714,07 | 172,79 | 10,50 | | | | | |

Директор



(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.