

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 22.01 2022 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (с маслом)		200/10	44,32	312
Кофейный напиток с молоком		200	15,95	113
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Масло (порциями)		10	0,13	66
Итого:	70,00		74,28	624
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
Котлеты из говядины		55	6,61	161
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196
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		119,80	757
Весь рацион питания:	160,00		194,08	1381

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	
40,01	46,49	194,08	0,46	0,68	13,21	263,37	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg	Fe					
259,96	625,33	132,71	8,07					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.