

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Огурцы натуральные соленые		30	0,51	3
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
Итого:	70,00		55,42	349
Обед				
Суп картофельный с клецками		250	18,79	144
Тефтели 2-й вариант		110	9,44	142
Бобовые отварные		150	34,93	206
Компот из шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	90,00		120,99	754
Весь рацион питания:	160,00		176,41	1103

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
40,24	23,83	176,41	1,10	0,38	59,54	85,55	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
212,01	621,13	169,30	10,26				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтямова В. А.

