

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 03.12.2022 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сосиски отварные с соусом		50/50	3,75	204
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с лимоном		200/7	7,71	57
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	70,00		75,92	660
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	136
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе		60/50	9,44	142
Макаронные изделия отварные с маслом		150	32,01	144
Итого:	90,00		117,08	688
Весь рацион питания:	160,00		193,00	1348

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
45,14	47,00	193,00	0,85	0,63	11,51	110,01	0,01	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
283,25	773,23	335,52	30,29					



Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.