

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

На 07.12.2022 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с маслом		150	32,01	144
Чай с сахаром (н)		200	13,60	56
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Котлеты из говядины с соусе		50/50	10,10	201
Итого:	70,00		70,47	472
Обед				
Салат из свеклы отварной		50	4,13	46
Чеснок		5	1,55	1
Суп картофельный на курином бульоне		250	16,87	133
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша рассыпчатая "Булгур"		150	39,86	281
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С ВИТ		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	90,00		124,40	889
Весь рацион питания:	160,00		194,87	1361

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,38	44,53	194,87	0,67	0,43	18,84	107,10	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
191,12	590,77	249,92	12,90				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамьянова В. А.