

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

СОГЛАСОВАНО

Школы №68

М Е Н Ю

На 12.12.2022

(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Фрукт		140	9,10	49
Яйца вареные		40	0,03	63
Чай с сахаром (н)		200	13,60	56
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Каша вязкая молочная из ячневой крупы		200	39,20	286
Итого:	70,00		76,69	525
Обед				
Салат из моркови с сахаром		50	5,74	41
Рассольник Ленинградский (н)		250	11,98	107
Котлеты из говядины с соусе		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150	32,01	144
Чай с сахаром (н)		200	13,60	56
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	90,00		104,64	700
Весь рацион питания:	160,00		181,33	1225

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
36,35	40,24	181,33	0,54	0,50	14,52	212,26	0,04
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
344,01	573,30	130,05	8,76				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамьянова В. А.