

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				
Салат из моркови с яблоками		50	6,19	30
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Молоко сгущенное		30	16,65	98
Кофейный напиток с молоком		200	15,94	101
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	70,00		113,24	650
Обед				
Салат из свеклы отварной		50	4,13	46
Суп из овощей на курином бульоне		250	9,15	100
Курица отварная		50	0,24	164
Каша пшеничная рассыпчатая		150	40,06	260
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	90,00		112,31	833
Весь рацион питания:	160,00		225,55	1483

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
44,29	42,86	225,55	0,52	0,91	69,82	172,95	17,05	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
462,45	749,49	162,32	9,83					

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.