

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю



На 19.12.2022
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Масло (порциями)		10	0,13	66
Каша вязкая молочная из риса, пшена с маслом и сахаром		200	43,46	300
Фрукт		140	9,10	49
Чай с лимоном		200/7	7,71	57
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	70,00		85,00	590
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	24,22	133
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Котлеты из говядины с соусе		50/50	10,10	201
Каша перловая рассыпчатая		150	32,91	220
Итого:	90,00		114,45	771
Весь рацион питания:	160,00		199,45	1361

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
36,53	46,31	199,45	0,51	0,60	16,74	171,81	0,42
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
401,29	793,91	245,71	25,93				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтямова В. А.