

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 21.01.2023 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Зеленый горошек порц.		50	3,00	19
Сосиски отварные с соусом		50/50	3,75	204
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	144
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		76,96	525
Обед				
Винегрет овощной (лук реп.)		50	3,65	63
Суп картофельный с клецками		250	18,79	131
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Каша пшеничная рассыпчатая		150	40,06	260
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		117,41	846
Весь рацион питания:	171,00		194,37	1371

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
40,47	50,38	194,37	0,60	0,41	13,97	170,05	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
210,74	580,77	151,74	11,13				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А. _____