

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68



На 23.01.2023  
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Масло (порциями)		10	0,13	66
Каша вязкая молочная из риса, пшена с маслом и сахаром		200	43,46	300
Фрукты свежие - яблоки (н)		150	14,70	71
Чай с лимоном		200/7	7,71	57
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		90,60	612
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Каша перловая рассыпчатая		150	32,91	220
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из белокочанной капусты (морк.)		50	3,23	30
Итого:	96,00		110,00	831
Весь рацион питания:	171,00		200,60	1443

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
39,23	49,63	200,60	0,61	0,66	35,07	171,81	0,42
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
419,05	819,88	261,05	29,69				

Директор \_\_\_\_\_

(Михаев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтамянова В. А.

