

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



На 25.01.2023 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из свеклы отварной		50	4,13	46
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	144
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	75,00		74,60	502
Обед				
Суп картофельный на курином бульоне		250	16,87	133
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша ячневая рассыпчатая		150	32,18	219
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат картофельный с кукурузой и морковью		50	1,19	82
Итого:	96,00		111,87	859
Весь рацион питания:	171,00		186,47	1361

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
42,78	45,98	186,47	0,52	0,38	68,26	127,10	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
215,84	565,46	145,05	9,28				



Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.