ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

Школа №68

М Е Н Ю

На 28.01.2023 (суббота)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сосиски отварные с соусом		50/50	3,75	204
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Итого:	75,00		72,10	661
Обед				
Икра кабачковая		50	4,17	67
Суп с рыбными консервами (скумбрия)		250	14,34	168
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	190
Каша перловая рассыпчатая		150	32,91	220
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		108,37	854
Весь рацион питания:	171,00		180,47	1515

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
87,75	67,61	180,47	0,65	0,58	15,55	195,90	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
251,35	682,49	271,90	12,96

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.