

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 05.02.2024

(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200	36,11	259
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Фрукт		140	13,72	66
Итого:	85,00		92,20	593
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Биточки из горбуши с соусом		150	19,67	233
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Каша рассыпчатая рисовая		180	45,04	244
Итого:	110,00		152,45	939
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Итого:	54,13		57,14	386
Весь рацион питания:	249,13		301,78	1918

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
47,02	57,35	301,78	0,84	2,15	43,83	168,24	0,81
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
448,18	831,26	248,78	12,59				



Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .