

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Колбаса (порциями)		30	0,03	127
Омлет натуральный с маслом		100/5	2,00	194
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Итого:	97,65		40,63	542
Обед				
Салат из белокочанной капусты с яблоками		100	11,17	90
Рассольник Ленинградский (н)		250	11,98	107
Плов из говядины		25/150	25,00	250
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	107,00		123,77	792
Весь рацион питания:	204,65		164,40	1334

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
52,57	90,29	164,40	0,50	0,52	79,45	290,46	0,04
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
243,51	542,67	112,38	9,43				



Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.