

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Итого:	85,00		73,65	563
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,00		123,78	850
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		254,57	1799

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,05	63,94	254,57	1,36	0,74	11,30	274,62	1,47
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
459,21	955,27	279,58	16,31				

Директор

(Handwritten signature)



(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алфорова А.