

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				
Яйца вареные		40	0,03	63
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		220	39,72	285
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Итого:	80,00		68,24	524
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		111,93	774
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		75	30,85	240
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Итого:	35,86		46,86	306
Весь рацион питания:	220,86		227,02	1604

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
50,92	57,05	227,02	1,15	0,67	9,45	261,06	1,35
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
407,25	844,17	245,22	14,53				

Директор _____

Зав. производства _____

Алферова А. _____

