

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Каша жидкая молочная из манной крупы		200	42,36	291
Яйца вареные		40	0,03	63
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>84,46</b>	<b>616</b>
<b>Обед</b>				
Рассольник Ленинградский на курином бульоне (с/н)		200	10,00	92
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	12,32	178
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,98	196
Сметана		20	0,70	41
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>114,07</b>	<b>781</b>
<b>Полдник</b>				
Плюшка московская		75	42,00	263
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
<b>Итого:</b>	<b>35,86</b>		<b>56,10</b>	<b>321</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>220,86</b>		<b>254,63</b>	<b>1718</b>

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			B1	B2	C	A	E
Белки	Жиры	Углеводы	0,53	1,07	40,29	347,20	0,25
45,87	50,72	254,63					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
530,51	610,00	124,30	8,01				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

