

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Повидло		40	26,00	100
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Печенье		100	74,40	417
Итого:	75,00		157,97	862
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем		250	10,93	96
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		131,96	900
Весь рацион питания:	171,00		289,93	1762

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,16	46,26	289,93	0,97	0,69	16,10	134,26	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
409,51	893,39	263,88	32,56				

Директор _____

Бригадир _____

Калькулятор _____



Ахтамянова В. А.