

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>				
Огурцы натуральные соленые		60	1,02	6
Биточки из говядины в соусе		90	9,09	181
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,98	196
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>63,56</b>	<b>496</b>
<b>Обед</b>				
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)		200	8,80	88
Рагу из куриного филе ( с картофелем)		200	17,20	246
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из редьки с морковью		100	5,06	73
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>91,13</b>	<b>681</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с капустой и луком		75	31,53	185
Компот из черной смородины		200	28,86	123
<b>Итого:</b>	<b>35,86</b>		<b>60,39</b>	<b>308</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>220,86</b>		<b>215,08</b>	<b>1485</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
47,55	41,38	215,08	0,46	0,80	114,01	90,78	2,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
328,76	644,26	264,75	29,16				



Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .