

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				
Пряники		100	68,31	373
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		200	55,78	322
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	80,00		131,80	737
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		210	9,13	78
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		113,56	791
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		75	30,69	167
Компот из свежих плодов - яблоки		200	29,89	116
Итого:	35,86		60,58	283
Весь рацион питания:	220,86		305,94	1811

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
58,70	46,06	305,94	0,83	0,61	23,08	128,87	0,78
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
415,18	791,23	270,73	32,06				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

