

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

ШКОЛЫ №68



Для документов

На 04.10.2024 (пятница)

| Наименование блюда                                   | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                                |        |       |          |      |
| Яйца вареные   |        | 40    | 0,03     | 63   |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы                |        | 200   | 39,20    | 286  |
| Бутерброд с маслом сливочным                         |        | 60    | 25,00    | 181  |
| Кофейный напиток с молоком                           |        | 200   | 17,37    | 87   |
| Итого:   | 80,00  |       | 81,60    | 617  |
| <b>Обед</b>  |        |       |          |      |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н) |        | 200   | 13,23    | 130  |
| Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г)         |        | 60/50 | 14,00    | 130  |
| Пюре картофельное                                    |        | 150   | 20,40    | 137  |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит                 |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Хлеб пшеничный                                       |        | 50    | 24,60    | 118  |
| Хлеб ржаной  |        | 50    | 23,50    | 115  |
| Итого:   | 105,00 |       | 111,74   | 696  |
| <b>Полдник</b>                                       |        |       |          |      |
| Пирожок печеный с повидлом                           |        | 100   | 55,56    | 267  |
| Компот из смеси сухофруктов                          |        | 200   | 32,01    | 133  |
| Итого:   | 35,86  |       | 87,57    | 400  |
| Весь рацион питания:                                 | 220,86 |       | 280,90   | 1713 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 44,45                               | 41,39  | 280,90   | 0,62                    | 0,94 | 33,10 | 247,30 | 0,00 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 409,35                              | 705,78 | 175,41   | 9,11                    |      |       |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

*Исполнитель шеф-повар*

