

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				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		180	50,20	290
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Печенье		100	74,40	417
Итого:	75,00		132,31	749
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		260	11,30	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		132,33	900
Весь рацион питания:	171,00		264,64	1649

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,12	46,50	264,64	0,97	0,69	16,28	141,41	0,26
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
404,42	872,12	270,37	31,70				



Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.