

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				
Яйца вареные		40	0,03	63
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Каша рисовая вязкая молочная с маслом		200/5	43,39	266
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Бутерброд с сыром		30/10	14,76	107
Итого:	75,00		86,67	612
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Капуста тушеная.		150	11,83	116
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	96,00		97,56	746
Весь рацион питания:	171,00		184,22	1358

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
40,00	47,63	184,22	0,59	0,60	34,42	252,50	0,23
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
444,66	630,92	162,21	10,35				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____



Ахтямова В. А.