

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				
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		150/20	50,20	299
Булочка ванильная		50	22,24	142
Какао с молоком		200	17,57	119
Итого:	75,00		104,90	696
Обед				
Зеленый горошек порц.		60	3,60	23
Борщ со свежей капустой, картофелем и зеленью		250	10,93	104
Шницель рыбный из минтая в соусе		50/50	8,00	160
Пюре картофельное		150	20,44	137
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		88,28	633
Весь рацион питания:	171,00		193,18	1329

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах								
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	
41,16	40,91	193,18	0,99	0,55	37,47	208,30	0,25	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg	Fe					
390,56	659,25	158,62	7,57					

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтямова В. А.

