

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сосиски отварные с соусом		50/50	3,75	204
Каша рассыпчатая "Булгур"		150	39,86	281
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		75,92	645
Обед				
Салат "Свекольные палочки"		50	4,13	46
Суп картофельный с клецками		250	18,79	133
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Капуста тушеная.		150	11,83	116
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		89,66	687
Весь рацион питания:	171,00		165,58	1332

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,63	0,68	39,77	115,06	0,01
44,15	52,83	165,58					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
370,49	823,87	365,67	31,46				

Директор

Бригадир

Калькулятор

Михалев А. И.



Ахтямова В. А.