

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				
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы		200	48,36	318
Фрукт (сезонный) пор.		140	13,72	66
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	80,00		104,15	646
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Напиток из смеси сухофруктов + С витамин		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Плов из курицы		250	45,96	500
Итого:	105,00		112,56	827
Полдник				
Плюшка московская		75	42,00	263
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	35,86		56,10	321
Весь рацион питания:	220,86		272,81	1794

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах							
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,32	51,78	272,81	0,47	0,84	25,74	159,40	0,03
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
504,93	623,17	168,33	9,39				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

