

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю



На 10.02.2023 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Фрукт		150	9,75	53
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200/5	37,01	266
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Булочка дорожная (ш)		50	21,07	161
Итого:	75,00		99,96	638
Обед				
Суп с рыбными консервами (сельдь)		250	14,34	168
Биточки из филе кур		50	11,64	190
Рагу из овощей		200	16,38	270
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		101,45	894
Весь рацион питания:	171,00		201,41	1532

Для всего меню

В граммах

Белки

42,93

Жиры

60,28

Углеводы

201,41

Витамины в миллиграммах

В1

0,92

В2

0,87

С

39,34

А

146,69

Е

0,80

Минеральные вещества в миллиграммах

Са

433,84

Р

619,76

Mg

217,00

Fe

10,49

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.

