

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

М Е Н Ю

На 11.02.2023 (суббота)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сосиски отварные с соусом		50/50	3,75	204
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из свежей вишни		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		82,31	661
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		183,76	1555

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,21	68,99	183,76	0,85	0,51	36,44	130,19	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
255,12	592,30	280,91	13,22				

Директор



(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.