

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Молоко стуженное		40	22,20	131
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		125,51	721
Обед				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	9,15	95
Курица отварная с соусом		50/50	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	96,00		107,44	804
Весь рацион питания:	171,00		232,94	1525

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
53,04	37,80	232,94	0,94	1,07	16,92	175,05	17,05
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
497,79	829,44	202,02	11,48				
Итого:							
Весь рацион питания:							

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	B1
53,04	37,80	232,94	0,94

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.

