

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				
Фрукт		140	9,10	49
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы		200	44,32	312
Булочка дорожная (ш)		60	25,28	193
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	75,00		96,07	641
Обед				
Суп с рыбными консервами		250	14,34	168
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	195
Рагу из овощей		150	12,29	203
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		97,35	832
Весь рацион питания:	171,00		193,43	1473

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах							
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
40,69	57,85	193,43	0,75	0,87	32,84	170,07	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
413,94	567,22	186,04	10,48				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

