

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				
Пряники		100	68,31	373
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		180	50,20	290
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	80,00		126,22	705
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		200	8,69	74
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		113,12	787
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		100	40,92	223
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	35,86		68,80	338
Весь рацион питания:	220,86		308,14	1830

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,73	46,22	308,14	0,92	0,60	15,40	123,10	0,75
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
386,01	784,17	262,56	30,59				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

