

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				
Яйца вареные		40	0,03	63
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Каша пшенная вязкая с тыквой.		200	38,05	293
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Итого:	75,00		80,45	624
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша ячневая рассыпчатая		180	38,62	263
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		112,80	841
Весь рацион питания:	171,00		193,25	1465

Для всего меню							
В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
48,45	50,25	193,25	0,95	1,22	13,90	262,02	0,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
407,32	849,10	196,63	11,22				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .