ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

Школа №68

М Е Н Ю

На 16.01.2024 (вторник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		100	8,33	133
Пельмени с маслом		210	36,05	341
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	85,00		72,98	589
Обед				
Маринад овощной		100	8,20	104
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Шницель рыбный из минтая с соусом		50/50	8,10	156
Пюре картофельное		180	24,48	164
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,00		124,09	828
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		75	41,67	200
Сок фруктовый		200	20,20	92
Итого:	54,13		61,87	292
Весь рацион питания:	249,13		258,94	1709

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
134,72	51,40	258,94	0,83	0,50	74,28	117,30	4,21

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
341,96	633,83	240,68	24,61

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства Алферова А. .