

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

На 16.09.2023 (суббота)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сосиски отварные с соусом		50/50	3,75	204
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
		Итого:	75,92	645
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Рожки отварные с маслом		150/5	32,00	202
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		50	23,50	115
		Итого:	113,24	815
		Весь рацион питания:	189,16	1460

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,31	51,45	189,16	0,98	1,05	12,75	111,51	0,83
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
295,70	863,21	362,95	32,97				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор



Ахтямова В. А.