

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Пряники		100	68,31	373
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		200	55,78	322
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>131,80</b>	<b>737</b>
<b>Обед</b>				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		210	9,13	78
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	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
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>113,56</b>	<b>791</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с картофелем		75	30,69	167
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
<b>Итого:</b>	<b>35,86</b>		<b>58,57</b>	<b>282</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>220,86</b>		<b>303,93</b>	<b>1810</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,56	46,22	303,93	0,91	0,62	15,68	128,87	0,78
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
392,36	795,63	263,87	30,61				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А.

