

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

Для  
документов

На 17 01.2024 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		200	55,78	322
Смородиновый чай		200/10	15,20	62
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>97,21</b>	<b>537</b>
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		200	7,32	76
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Курица отварная с соусом		50/50	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>96,98</b>	<b>796</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с вареной сгущенкой		75	36,53	280
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
<b>Итого:</b>	<b>35,86</b>		<b>50,63</b>	<b>338</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>220,86</b>		<b>244,82</b>	<b>1671</b>

Для всего меню

В граммах

Белки

Жиры

Углеводы

54,45

38,08

244,82

Витамины в миллиграммах

B1

B2

C

A

E

0,86

0,57

25,13

150,79

13,99

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca

P

Mg

Fe

356,92

697,60

211,05

11,58

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .