

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68



М Е Н Ю

на 18.02.2023 (суббота)

Возрастная категория: 12-18 лет

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 сахаром		200/10	13,60	40
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Итого:		75,00	72,10	661
Обед				
Винегрет овощной (лук реп.)		50	3,65	63
Суп картоф. с зел. горошком и зел.		250	13,38	132
Пельмени с маслом		200/10	36,05	341
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:		96,00	112,17	802
Весь рацион питания:		171,00	184,27	1463

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,40	58,63	184,27	0,84	0,44	41,61	138,70	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
198,94	632,06	269,69	12,03				

Директор



(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.