

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Огурцы натуральные соленые		60	1,02	6
Шницель рыбный из минтая с соусом		50/50	8,10	156
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		79,83	541
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		60	3,88	36
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Напиток из смеси сухофруктов + С. вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Пельмени со сметаной		200/20	36,05	355
Итого:	96,00		113,52	818
Весь рацион питания:	171,00		193,35	1359

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах							
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
50,01	34,56	193,35	0,67	0,47	23,09	106,70	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
208,37	512,90	156,57	8,67				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

