

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68



Для документа № 18.11.2024 (понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Фрукт (нарезка)		100	9,80	47
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
<b>Итого:</b>	<b>86,75</b>		<b>97,00</b>	<b>633</b>
<b>Обед</b>				
Салат из белокочанной капусты свежей ( квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Плов из филе кур		200	26,02	322
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>121,46</b>		<b>96,48</b>	<b>766</b>
<b>Полдник</b>				
Булочка с повидлом обсыпная		120	49,36	384
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
<b>Итого:</b>	<b>54,13</b>		<b>81,37</b>	<b>517</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>262,34</b>		<b>274,85</b>	<b>1916</b>

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
56,09	62,37	274,85	1,03	0,97	37,68	161,27	1,47	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
572,44	934,40	273,94	12,71					

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ИФО-ПОЛАР