

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 19.01.2024 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Печенье		100	74,40	417
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным		200	42,34	284
Итого:	85,00		134,14	851
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
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
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		180	45,07	293
Итого:	100,00		109,01	817
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		100	55,56	267
Компот из свежих плодов (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	28,20	117
Итого:	54,13		83,76	384
Весь рацион питания:	239,13		326,91	2052

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,67	52,48	326,91	0,85	1,46	12,91	246,59	1,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
400,08	843,70	192,79	14,02				

Директор _____

(Михалев А.И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

