

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68



На 19.01.2024 (пятница)

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|---------------|-------|---------------|-------------|
| Первый завтрак | | | | |
| Яйца вареные | | 40 | 0,03 | 63 |
| Печенье | | 80 | 59,52 | 334 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным | | 200 | 42,34 | 284 |
| Итого: | 80,00 | | 119,26 | 768 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н) | | 200 | 13,23 | 130 |
| 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 | | 150 | 37,56 | 244 |
| Итого: | 105,00 | | 98,19 | 735 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с повидлом | | 75 | 41,67 | 200 |
| Компот из свежих плодов (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) | | 200 | 28,20 | 117 |
| Итого: | 35,86 | | 69,87 | 317 |
| Весь рацион питания: | 220,86 | | 287,32 | 1820 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 50,35 | 47,38 | 287,32 | 0,77 | 1,42 | 11,73 | 237,09 | 1,20 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мг | Fe | | | | |
| 377,57 | 777,84 | 174,10 | 12,57 | | | | |

Директор

(Михалев, А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

