

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



СОГЛАСОВАНО

Для Школы №68
Документов

На 20.05.2023 (суббота)

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.)		60	4,37	75
Суп картофельный с клецками		250	18,79	133
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		155	32,01	203
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		110,09	803
Весь рацион питания:	171,00		182,19	1464

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
39,68	59,84	182,19	0,59	0,44	12,93	175,05	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
193,73	599,82	245,59	12,76				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.