

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

На 20.09.2024 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Каша вязкая молочная из ячневой крупы		200	39,20	286
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	80,00		71,49	572
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		200	13,23	130
Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г)		60/50	14,00	130
Картофель отварной с луком		150	20,84	167
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		105,13	691
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		100	55,56	267
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	35,86		87,57	400
Весь рацион питания:	220,86		264,19	1663

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,85	42,90	264,19	0,67	1,03	36,45	221,80	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
410,98	725,80	185,07	9,33				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

