

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|---------------|-------|---------------|-------------|
| Первый завтрак | | | | |
| Икра кабачковая | | 60 | 5,00 | 80 |
| Курица тушенная в соусе | | 50/50 | 2,90 | 162 |
| Каша гречневая рассыпчатая | | 150 | 39,86 | 281 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Итого: | 80,00 | | 78,77 | 664 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н) | | 200 | 15,03 | 106 |
| Печень по-строгановски (г) | | 100 | 3,52 | 185 |
| Пюре картофельное | | 150 | 20,40 | 137 |
| Напиток из плодов шиповника | | 200 | 27,52 | 112 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 25,00 | 125 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 105,00 | | 107,92 | 745 |
| Полдник | | | | |
| Булочка дорожная (ш) | | 100 | 42,14 | 321 |
| Напиток из плодов шиповника | | 200 | 27,52 | 112 |
| Итого: | 35,86 | | 69,66 | 433 |
| Весь рацион питания: | 220,86 | | 256,35 | 1842 |

Для всего меню

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------|-------------------------|--------|---------|------|--|
| В граммах | | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е | |
| 107,95 | 62,91 | 256,35 | 0,96 | 145,44 | 134,56 | 5902,44 | 1,31 | |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | | |
| 250,33 | 785,70 | 295,40 | 17,46 | | | | | |



Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР _____