ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

Школа №68

М Е Н Ю

На 21.02.2023 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		220	64,97	387
Булочка ванильная		75	33,36	242
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	75,00		106,04	671
Обед				
Зеленый горошек порц.		60	3,60	23
Борщ со свежей капустой,картофелем и зеленью		250	10,93	104
Шницель рыбный из минтая с соусом		50/50	8,00	160
Пюре картофельное		150	20,44	137
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
Итого:	96,00		88,28	633
Весь рацион питания:	171,00		194,31	1304

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
44,71	34,73	194,31	1,24	0,63	39,65	161,65	0,33

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
370,89	761,31	247,37	25,79

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.