

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 | | | | |
| Бутерброд с маслом и сыром | | 30/10/15 | 15,08 | 204 |
| Каша жидкая молочная из манной крупы | | 200 | 42,36 | 291 |
| Какао с молоком | | 200 | 17,57 | 119 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 24,60 | 118 |
| Итого: | 75,00 | | 99,61 | 732 |
| Обед | | | | |
| Салат из редьки с морковью | | 50 | 2,53 | 36 |
| Суп картофельный с клецками | | 250 | 18,79 | 133 |
| Биточки из говядины в соусе | | 50/50 | 10,10 | 201 |
| Капуста тушеная. | | 150 | 11,83 | 116 |
| Чай с сахаром | | 200/10 | 13,60 | 40 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 96,00 | | 88,06 | 677 |
| Весь рацион питания: | 171,00 | | 187,67 | 1409 |

Для всего меню

| В. граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | B1 | B2 | C | A | E |
| 40,36 | 51,53 | 187,67 | 0,52 | 0,73 | 43,35 | 241,41 | 0,66 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Ca | P | Mg | Fe | | | | |
| 621,55 | 570,32 | 170,23 | 9,34 | | | | |

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.

