

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



СОПАСОВАНО

Школы №68

На 23.11.2023 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат витаминный (н)		100	24,73	187
Котлеты из филе куриного в соусе		50/50	8,14	190
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из свежей вишни		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	76,00		103,58	756
Обед				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Щи из свежей капусты с картофелем		250	8,14	81
Тефтели из говядины тушеные с томатным соусом		50/50	11,48	223
Каша перловая рассыпчатая		180	39,49	264
Смородиновый чай		200/10	15,20	62
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Сметана		15	0,53	31
Итого:	96,00		114,55	909
Весь рацион питания:	172,00		218,13	1665

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,54	56,87	218,13	0,78	0,37	51,73	124,78	9,37
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
258,08	585,52	163,42	11,30				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

