

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

На 24.05.2023 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из свеклы отварной		60	4,96	56
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150	32,01	144
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	75,00		75,43	512
Обед				
Суп из овощей на курином бульоне		250/15	9,15	100
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша рассыпчатая "Булгур"		150	39,86	281
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		110,64	806
Весь рацион питания:	171,00		186,07	1318

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
44,52	47,21	186,07	0,53	0,38	64,41	107,10	6,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
188,20	528,19	238,35	11,48				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.