

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 25.05.2023 (четверг)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Плов из курицы		50/150	26,80	322
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	75,00		62,57	539
Обед				
Огурцы натуральные соленые		60	1,02	6
Щи из свежей капусты с картофелем		250	8,14	81
Тефтели из говядины тушеные с томатным соусом		50/50	11,48	223
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		100,45	743
Весь рацион питания:	171,00		163,02	1282

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
96,71	51,96	163,02	0,94	0,43	28,34	61,60	3,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
256,49	569,28	174,93	11,19				



Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.