

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Яйца вареные		40	0,03	63
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Каша вязкая молочная из ячневой крупы		200	39,20	286
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	80,00		81,60	617
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с бобовыми		200	13,23	130
Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г)		110	14,00	130
Картофель отварной с луком		150	20,84	167
Напиток из смеси сухофруктов + С витамин		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		105,53	698
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с ягодой		75	36,53	125
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С витамин		200	27,88	115
Итого:	35,86		64,41	240
Весь рацион питания:	220,86		251,54	1555

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,06	43,68	251,54	0,75	0,99	36,83	221,80	0,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
388,88	675,58	181,60	9,31				

Директор \_\_\_\_\_

Зав. производства \_\_\_\_\_



(Михалев А. И.)

Алферова А.