

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

Для документов

На 26.11.2024 (вторник)

| Наименование блюда                                   | Цена          | Выход | Углеводы      | Ккал        |
|--|---------------|-------|---------------|-------------|
| <b>Первый завтрак</b>                                |               |       |               |             |
| Икра кабачковая                                      |               | 60    | 5,00          | 80          |
| Котлеты рыбные из минтая с соусом                    |               | 50/50 | 11,40         | 168         |
| Пюре картофельное                                    |               | 180   | 24,48         | 164         |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит                 |               | 200   | 16,01         | 66          |
| Хлеб пшеничный                                       |               | 30    | 15,00         | 75          |
| <b>Итого:</b>  | <b>86,75</b>  |       | <b>71,89</b>  | <b>553</b>  |
| <b>Обед</b>  |               |       |               |             |
| Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н |               | 250   | 24,22         | 138         |
| Котлеты из говядины с томатным соусом                |               | 50/50 | 10,39         | 166         |
| Каша перловая рассыпчатая                            |               | 200   | 40,69         | 246         |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит             |               | 200   | 27,88         | 115         |
| Хлеб пшеничный                                       |               | 30    | 15,00         | 75          |
| Хлеб ржаной  |               | 35    | 16,45         | 80          |
| <b>Итого:</b>  | <b>121,46</b> |       | <b>134,63</b> | <b>820</b>  |
| <b>Полдник</b>                                       |               |       |               |             |
| Пирожок печеный с капустой и луком                   |               | 120   | 50,45         | 296         |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит                 |               | 200   | 16,01         | 66          |
| <b>Итого:</b>  | <b>54,13</b>  |       | <b>66,46</b>  | <b>362</b>  |
| <b>Весь рацион питания:</b>                          | <b>262,34</b> |       | <b>272,98</b> | <b>1735</b> |

**Для всего меню**

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 94,97                               | 50,30  | 272,98   | 0,80                    | 0,37 | 60,88 | 168,39 | 4,26 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 346,89                              | 773,15 | 221,94   | 11,53                   |      |       |        |      |

Директор \_\_\_\_\_

Зав. производства \_\_\_\_\_



(Михалев А. И.)

Алферова А.

ИСПОЛНИТЕЛЬ  
КБФ-ПОД.АР

\_\_\_\_\_