

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>				
Бутерброд с маслом сливочным		60	25,00	181
Пряники		70	47,82	261
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы		200	44,32	312
Тыква запечённая		75	2,87	41
<b>Итого:</b>	<b>75,00</b>		<b>147,89</b>	<b>910</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Рожки отварные с маслом		180/5	43,13	247
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>		<b>117,32</b>	<b>825</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>171,00</b>		<b>265,21</b>	<b>1735</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,44	48,87	265,21	0,98	0,80	13,87	164,30	12,21
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
323,02	673,26	191,62	13,25				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямянова В. А.