

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



СОГЛАСОВАНО

Школы №68

На 28.11.2024 (четверг)

| Наименование блюда   | Цена          | Выход | Углеводы      | Ккал        |
|--|---------------|-------|---------------|-------------|
| <b>Первый завтрак</b>  |               |       |               |             |
| Макаронные изделия отварные с сыром  |               | 200   | 45,10         | 277         |
| Кофейный напиток с молоком   |               | 200   | 17,37         | 87          |
| Бутерброд с маслом сливочным   |               | 50/10 | 25,00         | 181         |
| Огурцы натуральные соленые   |               | 60    | 1,02          | 6           |
| <b>Итого:</b>  | <b>80,00</b>  |       | <b>88,49</b>  | <b>551</b>  |
| <b>Обед</b>  |               |       |               |             |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)   |               | 200   | 8,80          | 88          |
| Рагу из куриного филе (с картофелем)   |               | 250   | 21,50         | 308         |
| Компот из смеси сухофруктов  |               | 200   | 32,01         | 133         |
| Хлеб пшеничный   |               | 50    | 24,60         | 118         |
| Хлеб ржаной  |               | 35    | 16,45         | 80          |
| Сметана  |               | 20    | 0,70          | 41          |
| <b>Итого:</b>  | <b>105,00</b> |       | <b>104,06</b> | <b>768</b>  |
| <b>Полдник</b>   |               |       |               |             |
| Пирожок печеный с капустой и луком   |               | 100   | 42,04         | 247         |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |               | 200   | 14,10         | 58          |
| <b>Итого:</b>  | <b>35,86</b>  |       | <b>56,14</b>  | <b>305</b>  |
| <b>Весь рацион питания:</b>  | <b>220,86</b> |       | <b>248,69</b> | <b>1624</b> |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |       |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|-------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C     | A      | E     |
| 48,94                               | 46,94  | 248,69   | 0,58                    | 1,55 | 50,39 | 161,00 | 14,67 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |       |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |       |        |       |
| 395,18                              | 580,01 | 188,77   | 9,69                    |      |       |        |       |

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ШЕФ-ПОСАР \_\_\_\_\_

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .

