

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



На 30.05.2023 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	195
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		89,52	645
Обед				
Зеленый горошек порц.		50	3,00	19
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		250/10	11,30	96
Печень по-строгановски (г)		50/50	3,52	185
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		102,99	790
Весь рацион питания:	171,00		192,51	1435

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
97,98	50,55	192,51	0,89	145,42	46,75	5896,40	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
230,60	725,90	247,17	16,66					



Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.