

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Школы №68



на 30.09.2024  
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Бутерброд с сыром		30/10	14,76	107
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200	36,11	259
Фрукт (нарезка)		120	11,76	56
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>80,00</b>	<b>509</b>
<b>Обед</b>				
Салат из белокочанной капусты свежей ( квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		200	13,23	130
Плов из курицы		200	36,77	400
Напиток из смеси сухофруктов + витамин		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>103,92</b>	<b>811</b>
<b>Полдник</b>				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
<b>Итого:</b>	<b>35,86</b>		<b>73,14</b>	<b>453</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>220,86</b>		<b>257,06</b>	<b>1773</b>

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
48,31	57,38	257,06	0,92	0,88	38,16	100,14	1,27	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мг	Fe					
502,45	751,74	246,82	10,46					

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства



Алферова А.