

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 14.11.2024 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с сыром		250	56,37	347
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Огурцы натуральные соленые		60	1,02	6
Итого:	86,75		99,76	621
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)		250	11,00	110
Рагу из куриного филе (с картофелем)		300	25,80	369
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	121,46		109,86	810
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		120	50,45	296
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	54,13		64,55	354
Весь рацион питания:	262,34		274,17	1785

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,19	50,01	274,17	0,67	1,77	57,53	149,97	18,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
431,14	653,35	214,81	11,04				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР