

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 08.10.2024 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Котлеты рыбные из минтая с соусом		50/50	11,40	168
Пюре картофельное		180	24,48	164
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	86,75		71,89	553
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Каша перловая рассыпчатая		200	43,88	293
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	121,46		137,53	902
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		120	50,45	296
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Итого:	54,13		66,46	362
Весь рацион питания:	262,34		275,87	1817

Для всего меню

В граммах

Белки

Жиры

Углеводы

95,81

57,59

275,87

Витамины в миллиграммах

В1

В2

С

А

Е

0,80

0,37

60,88

168,39

4,26

Минеральные вещества в миллиграммах

Са

Р

Мg

Fe

346,89

773,15

221,94

11,53

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .