

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 09.09.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Фрукт (сезонный)		150	14,70	71
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	86,75		105,95	650
Обед				
Рассольник Ленинградский на курином бульоне (с/н)		250	12,50	115
Биточки из филе кур с соусом		120	14,78	214
Макаронные изделия отварные с маслом		200	41,30	262
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	121,46		114,14	804
Полдник				
Плюшка московская		100	56,00	350
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	54,13		70,10	408
Весь рацион питания:	262,34		290,19	1862

Для всего меню

В граммах

Белки

46,08

Жиры

50,94

Углеводы

290,19

Витамины в миллиграммах

B1

0,62

B2

0,59

C

28,52

A

251,71

E

0,56

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca

538,34

P

555,95

Mg

152,89

Fe

11,98

Директор

Зав. производства

(Михалев А. И.)

Алферова А.