

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 13.09.2024 (пятница)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Булочка домашняя		100	43,92	318
Яйца вареные		40	0,03	63
Чай с молоком		200	15,90	81
Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным		250	52,93	355
Итого:	86,75		112,78	817
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		180	45,07	293
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		109,25	821
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		100	55,56	267
Компот ягодный		200	17,43	73
Итого:	54,13		72,99	340
Весь рацион питания:	262,34		295,02	1978

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,59	58,63	295,02	0,91	1,11	42,06	254,73	2,14
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
410,81	836,35	208,98	13,83				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

