

ОСО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 17.09.2024 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		200	55,78	322
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	80,00		105,63	685
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		210	9,13	78
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		113,56	791
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		75	30,69	167
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	35,86		58,57	282
Весь рацион питания:	220,86		277,76	1758

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,87	51,98	277,76	1,02	0,68	15,67	156,87	0,78
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
399,96	809,83	281,07	31,01				

Директор

Зав. производства

(Михалев А. И.)

Алферова А.