

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 12.09.2024 (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
Овощи натуральные свежие (огурцы, помидоры) порционные		100	4,60	42
Итого:	80,00		103,34	657
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)		250	11,00	110
Рагу из куриного филе (с картофелем)		50/250	25,80	369
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		109,86	810
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		75	31,53	185
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	35,86		45,63	243
Весь рацион питания:	220,86		258,83	1710

Для всего меню

В граммах

Витамины в миллиграммах

Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,42	48,30	258,83	0,64	1,71	56,90	147,81	16,97

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
409,91	618,81	205,13	10,62

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.