

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

М Е Н Ю

На 04.09.2024 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		220	61,36	354
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	86,75		111,21	717
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		260	11,30	96
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
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		122,73	857
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		100	40,92	223
Компот из свежих плодов - яблоки		200	29,89	116
Итого:	54,13		70,81	339
Весь рацион питания:	262,34		304,75	1913

Для всего меню

В граммах

Витамины в миллиграммах

Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
65,05	56,07	304,75	1,06	0,720	25,33	170,17	0,81

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
457,24	875,18	307,49	33,70

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.