

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 30.09.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		30/10	14,76	107
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Фрукт (нарезка)		120	11,76	56
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	86,75		89,02	574
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Плов из курицы		250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	121,46		116,42	944
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		120	49,36	384
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	54,13		81,37	517
Весь рацион питания:	262,34		286,81	2035

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
56,81	68,61	286,81	1,08	0,97	39,97	116,12	1,47
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
560,26	877,24	285,57	11,96				

Директор

Зав. производства

(Михалев А. И.)

Алферова А.