

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 19.09.2024 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат витаминный (н)		100	24,73	187
Котлеты из филе куриного в соусе		50/50	8,14	190
Макаронные изделия отварные с маслом		150	31,70	194
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	80,00		93,67	704
Обед				
Щи из свежей капусты с картофелем		250	8,14	81
Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе		60/50	9,44	142
Каша перловая рассыпчатая		180	39,49	264
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		112,12	732
Полдник				
Булочка ванильная		75	33,36	242
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	35,86		47,46	300
Весь рацион питания:	220,86		253,25	1736

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
52,05	48,16	253,25

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
1,48	0,36	38,21	128,77	7,12

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
259,38	567,77	180,16	11,67

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.