

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 30.09.2024
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		30/10	14,76	107
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200	36,11	259
Фрукт (нарезка)		120	11,76	56
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	80,00		80,00	509
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		200	13,23	130
Плов из курицы		200	36,77	400
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		103,92	811
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	35,86		73,14	453
Весь рацион питания:	220,86		257,06	1773

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
48,31	57,38	257,06	0,92	0,88	38,16	100,14	1,27
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
502,45	751,74	246,82	10,46				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.