

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 11.09.2024 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		200	55,78	322
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	80,00		95,85	519
Обед				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Суп из овощей		200	7,32	76
Курица отварная с соусом		50/50	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		97,22	800
Полдник				
Крендель " Сахарный "		75	42,00	278
Компот ягодный		200	17,43	73
Итого:	35,86		59,43	351
Весь рацион питания:	220,86		252,51	1670

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,72	47,93	252,51	0,91	0,61	51,68	150,79	15,04
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
380,98	712,72	236,20	13,81				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.