

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 08.06.2023 *зетверг*

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сыр (порциями)		15	0,00	55
Котлеты рыбные из минтая с соусом		50/50	11,40	168
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Фрукт		140	9,10	49
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:		94,65	98,56	711
Обед				
Винегрет овощной (лук реп.)		60	4,37	75
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:		110,00	120,34	889
Весь рацион питания:		204,65	218,90	1600

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,65	56,28	218,90	0,95	0,49	35,41	155,70	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
422,19	803,26	306,30	15,22				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.