

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 22.06.2023 (четверг)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Каша вязкая молочная из пшенной крупы		200	54,30	352
Какао с молоком		200	17,57	119
Яйца вареные		40	0,03	63
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	75,00		101,55	741
Обед				
Салат из свежих помидоров и огурцов с реп. луком		60	2,19	42
Суп картофельный с клецками		250	18,79	133
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Капуста тушеная.		150	11,83	116
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	129,65		105,11	783
Весь рацион питания:	204,65		206,66	1524

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,19	51,68	206,66	0,57	0,80	40,91	277,25	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
519,69	800,93	188,14	11,15				

Директор _____

(Михаев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.

