

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

МЕНЮ

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца варенные		40	0,03	63
Каша вязкая молочная из ячневой крупы		250	49,00	358
Бутерброд с маслом сливочным		60	25,00	181
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	91,52		91,40	689
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,39	166
Каша гречневая рассыпчатая		180	47,83	337
Напиток из смеси сухофруктов + С ВИТ		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	128,14		121,97	883
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		120	66,67	320
Напиток из смеси сухофруктов + С ВИТ		200	16,01	66
Итого:	57,11		82,68	386
Весь рацион питания:	276,77		296,05	1958

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах								
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
55,71	58,04	296,05	0,81	1,11	9,15	279,50	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
440,24	961,75	317,89	14,61					

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР