

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 30.04.2021 (пятница)

| Наименование блюда  | Цена | Выход  | Углеводы | Ккал |
|---|------|--------|----------|------|
| Первый завтрак  |      |        |          |      |
| Биточки   |      | 55     | 6,61     | 161  |
| Бобовые отварные  |      | 150    | 34,93    | 206  |
| Чай с сахаром (н)   |      | 200/15 | 13,60    | 56   |
| Хлеб пшеничный  |      | 30     | 13,86    | 70   |
| Итого:  |      | 65,00  | 69,00    | 493  |
| Обед  |      |        |          |      |
| Салат из соленых огурцов с реп. луком   |      | 50     | 1,29     | 30   |
| Суп картофельный с макаронными изделиями  |      | 250    | 24,22    | 133  |
| Плов из курицы  |      | 150    | 26,80    | 229  |
| Компот из свежих плодов (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |      | 200    | 28,20    | 117  |
| Хлеб ржаной   |      | 35     | 16,45    | 80   |
| Хлеб пшеничный  |      | 30     | 13,86    | 70   |
| Итого:  |      | 84,00  | 110,82   | 659  |
| Весь рацион питания:  |      | 149,00 | 179,82   | 1152 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |       |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|-------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А     | Е    |
| 44,50                               | 26,90  | 179,82   | 0,84                    | 0,34 | 17,53 | 78,11 | 0,00 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |       |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |       |      |
| 219,61                              | 550,61 | 176,32   | 11,04                   |      |       |       |      |

Директор \_\_\_\_\_ (Михалев А. И.)

Бригадир

*В. В. Мещеряков*

Калькулятор



Ахтамянова В. А.