

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		180	47,83	337
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	91,52		86,74	720
Обед				
Суп картофельный с клецками		250	18,79	133
Печень по-строгановски (г)		100	3,52	185
Пюре картофельное		200	27,20	183
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	128,14		118,48	818
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		150	63,21	482
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Итого:	57,11		90,73	594
Весь рацион питания:	276,77		295,95	2132

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы	В1
114,86	74,32	295,95	1,11

Витамины в миллиграммах

В2	С	А	Е
145,51	141,78	5933,15	1,31

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Мg	Fe
279,26	892,96	347,84	19,47



ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. . .