

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ "Школы-интернат №1"

МБОУ "Школа-интернат №1"

М Е Н Ю

На 21.01.2022 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Яйца вареные	40	0,28	63
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Сыр (порциями)	15	0,00	54
Чай с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Каша рисовая молочная вязкая	210	45,04	288
Второй завтрак			
Фрукты	185	14,92	79
Обед			
Винегрет овощной с луком репчатым	100	8,44	94
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	250	15,23	121
Макаронник с мясом	160/5	33,34	311
Напиток из плодов шиповника	200	20,74	88
Хлеб ржаной	80	26,72	139
Полдник			
Булочка "Домашняя"	100	53,92	358
Сок фруктовый	200	25,40	105
Весь рацион питания: 230,00		283,67	1948

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
58,93	63,03	283,67	0,73	1,08	238,52	311,00	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
528,11	1145,43	233,56	16,51				

Директор _____

(Михаев А. И.)



Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.