

Школа №9

М Е Н Ю

На 24.06.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175	
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364	
Яйца вареные		40	0,03	63	
Какао с молоком		200	17,57	119	
Итого:			104,70	95,25	721
Обед					
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163	
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201	
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203	
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66	
Хлеб пшеничный		50	24,60	118	
Хлеб ржаной		35	16,45	80	
Овощи натуральные свежие - огурцы		100	1,90	12	
Итого:			120,00	117,60	843
Весь рацион питания:			224,70	212,85	1564

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,77	46,60	212,85	0,67	0,85	14,94	292,90	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
601,52	762,92	159,07	9,22				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

