

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 29.09.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброд с сыром	60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом	200	36,11	259
Сок фруктовый	125	12,60	56
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Итого:		90,78	577
Обед			
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью	60	3,88	36
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н	200	19,38	110
Плов из курицы	250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		116,68	867
Полдник			
Булочка с повидлом обсыпная	100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов	200	32,01	133
Итого:		73,14	453
Весь рацион питания:		280,59	1897

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
52,82	61,88	280,59	0,79	0,90	24,11	116,79	1,27
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
515,77	767,28	238,02	11,35				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.