

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

М Е Н Ю

На 13.03.2026 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,98	170
Чай с лимоном		217	7,71	42
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Сосиски отварные с соусом		100	3,75	204
Итого:	85,00	527	67,44	597
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем		200	9,06	74
Рагу из филе индейки (с картофелем)		250	21,50	308
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Сметана		20	0,70	41
Итого:	114,91	755	104,32	754
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		100	42,04	247
Чай с сахаром		210	13,60	40
Итого:	39,46	310	55,64	287
Весь рацион питания:	239,37	1592	227,40	1638

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
52,59	61,20	227,40	0,53	0,65	50,61	151,83	2,74
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
379,15	701,19	259,54	27,91				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. .