

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 04.05.2026  
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда  | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак  |        |       |          |      |
| Бутерброд с сыром   |        | 60    | 24,70    | 175  |
| Каша геркулесовая молочная вязкая<br>с маслом                   |        | 200   | 36,11    | 259  |
| Кофейный напиток с молоком                                      |        | 200   | 17,37    | 87   |
| Сок фруктовый 125   |        | 125   | 12,63    | 53   |
| Итого:  | 85,00  | 585   | 90,81    | 574  |
| Обед  |        |       |          |      |
| Салат из белокочанной капусты<br>свежей ( квашенной) с морковью |        | 60    | 3,88     | 36   |
| Суп картофельный с вермишелью                                   |        | 200   | 15,13    | 88   |
| Напиток из смеси сухофруктов                                    |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Хлеб пшеничный  |        | 50    | 25,00    | 125  |
| Хлеб ржаной   |        | 35    | 16,45    | 80   |
| Плов из курицы  |        | 250   | 45,96    | 500  |
| Итого:  | 114,91 | 795   | 122,43   | 895  |
| Полдник   |        |       |          |      |
| Булочка с повидлом обсыпная                                     |        | 100   | 41,13    | 320  |
| Напиток из смеси сухофруктов                                    |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Итого:  | 39,46  | 300   | 57,14    | 386  |
| Весь рацион питания:  | 239,37 | 1680  | 270,37   | 1855 |

| Для всего меню                      |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| В граммах                           |        |          | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | 0,76                    | 0,86 | 20,45 | 116,79 | 1,60 |
| 53,99                               | 62,16  | 270,37   |                         |      |       |        |      |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 485,45                              | 723,29 | 221,84   | 8,89                    |      |       |        |      |

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.