

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 17.09.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Курица тушенная в соусе	120	3,48	194
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	200	48,63	305
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		83,12	640
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	250	18,79	133
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным	100	8,50	190
Пюре картофельное	180	24,48	164
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		120,74	804
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	150	63,21	482
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:		76,81	522
Весь рацион питания:		280,67	1966

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	1,14	1,51	81,01	204,33	2,00
63,42	66,73	280,67					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
245,90	791,74	339,03	21,45				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР