

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 03.12.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Курица тушенная в соусе	100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	250	60,79	381
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		94,69	684
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	250	18,79	133
Запеканка из печени с соусом сметанным	100	11,43	148
Пюре картофельное	200	27,20	183
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	50	23,50	115
Итого:		133,45	816
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	150	63,21	482
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:		76,81	522
Весь рацион питания:		304,95	2022

Для всего меню					Витамины в миллиграммах				
В граммах									
Белки	Жиры	Углеводы			B1	B2	C	A	E
62,15	62,33	304,95			1,18	0,42	87,50	197,50	2,18
Минеральные вещества в миллиграммах									
Ca	P	Mg			Fe				
266,93	733,06	382,36			18,30				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .