

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 11.11.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Икра кабачковая	60	5,00	80
Котлеты рыбные из минтая с соусом	100	11,40	168
Пюре картофельное	150	20,40	137
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		67,81	526
Обед			
Салат витаминный (н)	60	14,84	112
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	200	15,03	106
Компот их свежих плодов (яблоки)	200	27,88	115
Хлеб пшеничный	30	14,76	71
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Плов из мяса с крупой перловой *	250	43,36	536
Итого:		132,32	1020
Полдник			
Пирожок печеный с капустой и луком	100	42,04	247
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Итого:		58,05	313
Весь рацион питания:		258,17	1859

Для всего меню					Витамины в миллиграммах				
В граммах									
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E		
111,42	63,91	258,17	0,80	0,47	62,60	89,00	6,71		
Минеральные вещества в миллиграммах									
Ca	P	Mg	Fe						
330,69	839,07	240,38	14,46						

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .