

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 12.05.2026 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сок фруктовый 125		125	12,63	53
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	95,46	635	107,65	679
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
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 и соленым огурчиком		255	39,37	484
Итого:	133,65	770	122,68	888
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		150	63,06	370
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Итого:	59,57	350	79,07	436
Весь рацион питания:	288,68	1755	309,40	2003

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
60,52	56,95	309,40	0,66	0,86	45,82	128,70	4,10
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
554,23	784,63	186,12	9,99				



Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А. С.