

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 12.03.2025 (среда)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Пюре из моркови		100	6,63	91
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		220	61,36	354
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>91,52</b>		<b>96,59</b>	<b>560</b>
<b>Обед</b>				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	10,09	90
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		200	46,67	323
Напиток из свежей вишни		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
<b>Итого:</b>	<b>128,14</b>		<b>111,66</b>	<b>895</b>
<b>Полдник</b>				
Крендель " Сахарный "		120	67,20	444
Компот ягодный		200	17,43	73
<b>Итого:</b>	<b>57,11</b>		<b>84,63</b>	<b>517</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>276,77</b>		<b>292,87</b>	<b>1972</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
65,75	65,33	292,87	1,10	0,72	52,79	210,18	18,48
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
453,19	837,36	255,59	15,85				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .



ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ШЕФ-ПОЛАР