

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 28.04.2026 (вторник)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Котлеты рыбные из горбуши ( фарш) с соусом		100	11,40	168
Пюре картофельное с зеленым горошком 180/40		180/40	26,88	180
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Итого:	95,46	570	79,29	539
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Компот их свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Плов из мяса* с крупой перловой и соленым огурчиком		285	44,00	540
Итого:	133,65	820	137,15	991
<b>Полдник</b>				
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	1740	295,50	1966

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
63,75	57,77	295,50	0,77	0,34	63,14	79,50	4,92
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
296,38	717,38	223,30	12,15				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.