

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 16.04.2026 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Макаронные изделия отварные с сыром		280	63,14	388
Чай с лимоном		217	7,71	42
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Огурцы натуральные соленые		100	1,70	10
Итого:	95,46	657	97,55	621
<b>Обед</b>				
Борщ со свежей капустой, картофелем		250	11,33	93
Рагу из филе индейки ( с картофелем )		280	24,08	344
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Сметана		20	0,70	41
Итого:	133,65	835	109,17	809
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с капустой и луком		150	63,06	370
Чай с сахаром		210	13,60	40
Итого:	59,57	360	76,66	410
Весь рацион питания:	288,68	1852	283,38	1840

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
61,94	54,73	283,38	0,73	1,76	67,02	161,30	20,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
545,46	845,80	325,35	30,80				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А.