

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 29.01.2026 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с сыром	36,00	250	56,37	347
Чай с лимоном	10,00	217	7,71	42
Бутерброд с маслом сливочным	24,00	50/10	25,00	181
Огурцы натуральные соленые	15,00	60	1,02	6
Итого:	85,00	587	90,10	576
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)	14,91	200	8,80	78
Сметана	8,00	20	0,70	41
Пюре картофельное	23,00	150	20,40	137
Компот из смеси сухофруктов	9,00	200	32,01	133
Хлеб пшеничный	7,00	50	25,00	125
Хлеб ржаной	5,00	35	16,45	80
Гуляш из говядины тушеной (тушенка)	48,00	100	7,00	160
Итого:	114,91	755	110,36	754
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком	35,46	100	42,04	247
Чай с сахаром	4,00	210	13,60	40
Итого:	39,46	310	55,64	287
Весь рацион питания:	239,37	1652	256,10	1617

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,37	45,67	256,10	1,64	2,34	58,87	180,32	18,48
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
482,13	818,57	294,22	30,30				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А. .