

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 13.04.2026  
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
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
Фрукт (сезонный)		120	11,76	56
<b>Итого:</b>	<b>95,46</b>	<b>630</b>	<b>106,78</b>	<b>682</b>
<b>Обед</b>				
Суп с рыбными консервами новый		250	14,34	168
Макаронные изделия отварные с маслом		200	41,30	227
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Биточки из филе кур с соусом		100	12,32	178
<b>Итого:</b>	<b>133,65</b>	<b>835</b>	<b>136,93</b>	<b>890</b>
<b>Полдник</b>				
Плюшка московская		150	84,00	525
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
<b>Итого:</b>	<b>59,57</b>	<b>367</b>	<b>91,71</b>	<b>567</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>288,68</b>	<b>1832</b>	<b>335,42</b>	<b>2139</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
61,03	58,96	335,42	0,65	1,18	76,86	280,05	0,85
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
720,26	821,64	274,06	30,11				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. .