

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 23.05.2025 (пятница)

| Наименование блюда                                   | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|------------------------------------------------------|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак                                       |        |       |          |      |
| Яйца вареные                                         |        | 40    | 0,03     | 63   |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы                |        | 250   | 49,00    | 358  |
| Бутерброд с маслом сливочным                         |        | 60    | 25,00    | 181  |
| Кофейный напиток с молоком                           |        | 200   | 17,37    | 87   |
| Итого:                                               | 91,52  |       | 91,40    | 689  |
| Обед                                                 |        |       |          |      |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н) |        | 250   | 16,54    | 163  |
| Котлеты из говядины с томатным соусом                |        | 100   | 10,39    | 166  |
| Каша гречневая рассыпчатая                           |        | 200   | 53,15    | 374  |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит                 |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Хлеб пшеничный                                       |        | 30    | 14,76    | 71   |
| Хлеб ржаной                                          |        | 35    | 16,45    | 80   |
| Итого:                                               | 128,14 |       | 127,29   | 920  |
| Полдник                                              |        |       |          |      |
| Пирожок печеный с повидлом                           |        | 150   | 83,34    | 400  |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит                 |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Итого:                                               | 57,11  |       | 99,35    | 466  |
| Весь рацион питания:                                 | 276,77 |       | 318,03   | 2075 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |      |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С    | А      | Е    |
| 58,62                               | 60,01  | 318,03   | 0,84                    | 1,13 | 9,16 | 282,17 | 0,00 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |      |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |      |        |      |
| 445,44                              | 990,48 | 337,47   | 15,40                   |      |      |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .



ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ШЕФ-ПОВАР