

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

М Е Н Ю

На 03.09.2024 (вторник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		30/10	14,76	107
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Фрукт (нарезка)		120	11,76	56
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	86,75		89,02	574
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Плов из курицы		250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		35	17,50	87
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Итого:	121,46		126,61	931
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	54,13		73,14	453
Весь рацион питания:	262,34		288,77	1958

Для всего меню

В граммах

Белки

53,02

Жиры

63,40

Углеводы

288,77

В1

0,94

Витамины в миллиграммах

В2

0,95

С

42,38

А

115,87

Е

1,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Са

543,68

Р

841,79

Мg

273,49

Fe

10,84

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

