

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 05.11.2024 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		220	39,72	285
Фрукт (нарезка)		100	9,80	47
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	86,75		91,59	594
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Плов из филе кур		200	26,02	322
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	121,46		96,48	766
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		120	49,36	384
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	54,13		81,37	517
Весь рацион питания:	262,34		269,43	1877

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,87	61,00	269,43	0,99	0,95	37,49	154,02	1,35
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
550,64	898,62	264,43	12,44				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

ИСПОЛНИТЕЛЬ

ШЕФ-ПОЛАР