

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 07.04.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Фрукт (нарезка)		90	8,82	42
Итого:	91,52		96,02	628
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Плов из курицы		280	51,48	560
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	128,14		129,62	979
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		150	61,70	480
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	57,11		93,71	613
Весь рацион питания:	276,77		319,35	2220

Для всего меню

В граммах

Белки

61,36

Жиры

76,56

Углеводы

319,35

Витамины в миллиграммах

В1

1,01

В2

1,01

С

39,63

А

131,68

Е

1,47

Минеральные вещества в миллиграммах

Са

597,49

Р

919,08

Мg

290,56

Fe

11,58

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

Директор

(Михаилев А. И.)

Зав. производства

Алиферова А.