

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 21.11.2025 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Яйца вареные	40	0,03	63
Каша вязкая молочная из ячневой крупы	200	39,20	286
Бутерброд с маслом сливочным	50/10	25,00	181
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Итого:		81,60	617
Обед			
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)	200	14,24	147
Каша гречневая рассыпчатая	150	39,86	281
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Котлеты из мяса* с соусом	50/50	10,57	182
Итого:		122,13	881
Полдник			
Пирожок печеный с повидлом	100	55,56	267
Компот из смеси сухофруктов	200	32,01	133
Итого:		87,57	400
Весь рацион питания:		291,30	1898

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах								
Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E
56,31	56,29	291,30		0,77	1,00	8,58	230,80	0,82
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg		Fe				
393,63	793,98	284,30		13,06				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .