

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 19.06.2026 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка из творога с повидлом		200	70,23	508
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Чай с сахаром		210	13,60	40
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	103,58	560	119,91	748
Обед				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью		206	12,56	96
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		150/10	40,06	260
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	141,00	866	127,09	900
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		150	63,06	370
Сок фруктовый		200	12,60	56
Итого:	51,70	350	75,66	426
Весь рацион питания:	296,28	1776	322,65	2074

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
69,15	52,81	322,65	1,00	0,85	59,50	106,74	6,06
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
581,13	1099,35	272,19	17,87				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. С.