

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 01.04.2025 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Котлеты рыбные из минтая (филе) с соусом		100	11,40	168
Пюре картофельное		180	24,48	164
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	91,52		71,89	553
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,39	166
Каша перловая рассыпчатая		200	40,69	246
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	128,14		134,63	820
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		120	50,45	296
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	57,11		82,46	429
Весь рацион питания:	276,77		288,98	1802

Для всего меню

В граммах

Белки

95,30

Жиры

50,35

Углеводы

288,98

Витамины в миллиграммах

В1

0,81

В2

0,38

С

61,25

А

168,39

Е

4,26

Минеральные вещества в миллиграммах

Са

363,13

Р

784,87

Mg

230,67

Fe

11,87



Директор

(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ

ШЕФ-ПОВАР

Зав. производства

Алферова А. .