

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 14.03.2026 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Печенье		60	44,64	250
Каша вязкая молочная из пшенной крупы		250	67,88	440
Яйца вареные		40	0,03	63
Чай с молоком		200	15,90	81
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	95,46	580	143,44	909
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	17,80	183
Капуста тушеная.		200	15,77	154
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Котлеты , биточки (особые)		100	10,57	182
Итого:	133,65	850	106,74	817
Весь рацион питания:	229,11	1430	250,19	1726

Для всего меню					Витамины в миллиграммах				
В граммах	Жиры	Углеводы			В1	В2	С	А	Е
Белки									
54,43	55,04	250,19			0,79	0,60	45,05	190,50	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах									
Са	Р	Мg			Fe				
490,99	736,43	210,50			12,78				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. .