

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 22.01.2025 (среда)

| Наименование блюда                                      | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|---------------------------------------------------------|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак                                          |        |       |          |      |
| Икра кабачковая                                         |        | 60    | 5,00     | 80   |
| Курица тушенная в соусе                                 |        | 50/50 | 2,90     | 162  |
| Каша гречневая рассыпчатая                              |        | 150   | 39,86    | 281  |
| Напиток из смеси сухофруктов + С<br>вит                 |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Хлеб пшеничный                                          |        | 30    | 15,00    | 75   |
| Итого:                                                  | 85,00  |       | 78,77    | 664  |
| Обед                                                    |        |       |          |      |
| Суп картофельный с клецками на<br>курином бульоне (с/н) |        | 200   | 15,03    | 106  |
| Оладьи из печени (г) с соусом<br>сметанным              |        | 100   | 8,50     | 190  |
| Пюре картофельное                                       |        | 150   | 20,40    | 137  |
| Напиток из плодов шиповника                             |        | 200   | 27,52    | 112  |
| Хлеб пшеничный                                          |        | 50    | 25,00    | 125  |
| Хлеб ржаной                                             |        | 35    | 16,45    | 80   |
| Итого:                                                  | 110,17 |       | 112,90   | 750  |
| Полдник                                                 |        |       |          |      |
| Булочка дорожная (ш)                                    |        | 100   | 42,14    | 321  |
| Напиток из плодов шиповника                             |        | 200   | 27,52    | 112  |
| Итого:                                                  | 37,83  |       | 69,66    | 433  |
| Весь рацион питания:                                    | 233,00 |       | 261,33   | 1847 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |        |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|--------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С      | А      | Е    |
| 105,19                              | 63,68  | 261,33   | 0,90                    | 1,47 | 127,61 | 140,44 | 1,31 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |        |        |      |
| Са                                  | Р      | Mg       | Fe                      |      |        |        |      |
| 245,09                              | 696,38 | 292,93   | 19,56                   |      |        |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .