

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №165

На 20.04.2026  
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200	36,11	259
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Сок фруктовый 125		125	12,63	53
Итого:	85,00	585	90,81	574
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей ( квашенной) с морковью		60	3,88	36
Суп картофельный с вермишелью		200	19,38	106
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Плов из курицы		250	45,96	500
Итого:	114,91	795	126,68	913
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Итого:	39,46	300	57,14	386
Весь рацион питания:	239,37	1680	274,62	1873

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
53,95	62,30	274,62	0,80	0,88	23,75	116,79	1,60
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
497,13	750,32	232,75	9,34				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А.