

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

Школа №165

МЕНЮ

Возрастная категория: 12–18 лет

СОГЛАСОВАНО
Руководитель «Школа №165»
На 03.09.2026 (Четверг)

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
11	Сок фруктовый 125	125	0,63	0,13	12,60	56,00
224	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущенным	200	24,95	14,06	39,51	387,06
376	Чай с сахаром	210	0,20	0,00	13,60	39,90
1	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
Итого:		585	29,58	14,59	90,31	601
Обед						
67	Винегрет овощной (лук реп.)	100	1,40	10,04	7,29	125,10
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,80	4,60	8,20	83,00
1	Сметана	5	0,12	1,00	0,18	10,25
1	Зелень	1	0,00	0,00	0,00	0,50
325	Фрикадельки из филе куриного с соусом	110	11,60	3,37	8,78	125,00
199	Пюре из гороха с маслом	185	16,82	8,51	43,17	315,73
342	Компот ягодный	180	0,20	0,12	15,69	66,05
1	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
1	Хлеб ржаной	50	2,80	0,56	23,50	114,96
Итого:		931	38,54	28,60	131,41	959
Полдник						
422	Булочка ванильная	150	11,85	12,18	66,72	483,00
377	Чай с лимоном	217	4,51	1,14	7,71	42,28
Итого:		367	16,36	13,32	74,43	525
Весь рацион питания:		1883	84,48	56,51	296,15	2085

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
84,48	56,51	296,15	2,620	0,850	63,71	141,29	0,14	665,87	1086,89	339,55	33,58

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

«НОВАЯ КОМПАНИЯ»

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318

ОГРН 1026300844318