ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №165

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

М Е Н Ю

На 26.09.2025 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Булочка домашняя	60	26,35	191
Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным	200/5	43,40	291
Яйца вареные	40	0,03	63
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		102,15	707
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	200	13,23	130
Печень по-строгановски (г)	50/50	3,52	185
Каша пшеничная рассыпчатая	150/10	40,06	260
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)	200	14,10	58
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		102,36	788
Полдник			
Пирожок печеный с повидлом	100	55,56	267
Компот ягодный	200	17,43	73
Итого:		72,99	340
Весь рацион питания:		277,50	1835

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
52,99	52,24	277,50	0,85	145,98	47,21	5992,40	2,36

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
373,80	822,28	185,34	15,01

Директор _____ (Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

Зав. производства Алферова А.