

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 21.04.2025
(понедельник)

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
Фрукт (нарезка)		90	8,82	42
Итого:	85,00		87,00	563
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей(квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Плов из курицы		250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,17		119,26	891
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	37,83		73,14	453
Весь рацион питания:	233,00		279,40	1907

Для всего меню

В граммах

Белки

53,07

Жиры

63,41

Углеводы

279,40

Витамины в миллиграммах

B1

0,83

B2

0,91

C

37,45

A

116,79

E

1,27

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca

539,46

P

787,80

Mg

249,06

Fe

9,99

Директор

Зав. производства



(Михалев А. И.)

Алферова А.

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР