

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 06.02.2026 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Каша вязкая молочная из ячневой крупы		250	49,00	358
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	95,46	550	91,40	689
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	17,80	183
Каша гречневая рассыпчатая		185	49,16	346
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,39	166
Итого:	133,65	820	134,81	966
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		150	83,34	400
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	59,57	350	115,35	533
Весь рацион питания:	288,68	1720	341,56	2188

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
65,18	62,54	341,56	0,87	1,12	9,52	280,17	0,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
464,54	966,68	346,60	15,74				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А.