

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 24.06.2026 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		250	69,72	403
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	112,00	520	108,32	624
Обед				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Суп из овощей на курином бульоне		10/250	9,15	88
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	256
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	132,58	895	108,65	869
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		150	61,38	334
Сок фруктовый		200	12,60	56
Итого:	51,70	350	73,98	390
Весь рацион питания:	296,28	1765	290,95	1883

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
65,82	52,58	290,95	0,89	0,58	23,02	204,22	7,17
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
391,88	717,84	203,46	13,99				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А. С.