

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 19.11.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Икра кабачковая	100	8,33	133
Курица тушенная в соусе	100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая	180	47,83	337
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		90,07	773
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	250	18,79	133
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным	100	8,50	190
Пюре картофельное	180	24,48	164
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	50	23,50	115
Итого:		127,79	839
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	150	63,21	482
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:		76,81	522
Весь рацион питания:		294,68	2134

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
146,62	78,37	294,68	1,05	1,56	86,47	167,75	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
295,42	822,78	352,50	22,38				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.