

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 09.10.2025 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Макаронные изделия отварные с сыром	250	56,37	347
Чай с лимоном	217	7,71	42
Бутерброд с маслом сливочным	50/10	25,00	181
Овощи натуральные свежие (огурцы или помидоры) порционные	60	2,76	25
Итого:		91,84	595
Обед			
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)	200	8,80	88
Рагу из куриного филе (с картофелем))	250	21,50	308
Компот из смеси сухофруктов	200	32,01	133
Хлеб пшеничный	50	24,60	118
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Сметана	20	0,70	41
Итого:		104,06	768
Полдник			
Пирожок печеный с капустой и луком	100	42,04	247
Чай с сахаром	210	13,60	40
Итого:		55,64	287
Весь рацион питания:		251,54	1650

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,06	48,86	251,54	0,63	1,51	55,97	161,89	17,67
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
477,30	745,62	289,24	29,14				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.