

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №165

МЕНЮ

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №165

На 07.10.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Икра кабачковая	100	8,33	133
Котлеты рыбные из минтая с соусом	100	11,40	168
Пюре картофельное	180	24,48	164
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		75,22	606
Обед			
Салат витаминный (н)	100	24,73	187
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	250	18,79	133
Котлеты из мяса* с соусом	50/50	10,57	182
Каша перловая рассыпчатая	180	36,62	221
Компот их свежих плодов (яблоки)	200	27,88	115
Хлеб пшеничный	30	14,76	71
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		149,81	989
Полдник			
Пирожок печеный с капустой и луком	150	63,06	370
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Итого:		79,07	436
Итого:		304,09	2031

Салат витаминный (н) 100 24,73 187

Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н) 250 18,79 133

Котлеты из мяса* с соусом 50/50 10,57 182

Каша перловая рассыпчатая 180 36,62 221

Компот их свежих плодов (яблоки) 200 27,88 115

Хлеб пшеничный 30 14,76 71

Хлеб ржаной 35 16,45 80

Котлеты рыбные из минтая с соусом 100 11,40 168

Пюре картофельное 180 24,48 164

Напиток из смеси сухофруктов 200 16,01 66

Хлеб пшеничный 30 15,00 75

Итого: 304,09 2031

Салат витаминный (н) 100 24,73 187

Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н) 250 18,79 133

Котлеты из мяса* с соусом 50/50 10,57 182

Каша перловая рассыпчатая 180 36,62 221

Компот их свежих плодов (яблоки) 200 27,88 115

Хлеб пшеничный 30 14,76 71

Хлеб ржаной 35 16,45 80

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
140,13	64,48	304,09	1,06	0,47	86,57	154,82	10,40

Минеральные вещества в миллиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
446,28	896,95	255,31	14,84

Директор
Зав. производства



(Михалев А. И.)

Алферова А.