ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

Школа №161

М Е Н Ю

На 15.09.2025
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброд с сыром	60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом	200	36,11	259
Фрукт (сезонный)	80	7,84	38
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Итого:		86,02	559
Обед			
Салат из белокочанной капусты свежей(квашенной) с морковью	60	3,88	36
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н	200	19,38	110
Плов из курицы	250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		116,68	867
Полдник			
Булочка с повидлом обсыпная	100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов	200	32,01	133
Итого:		73,14	453
Весь рацион питания:		275,83	1879

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
52,51	62,07	275,83	0,80	0,91	29,61	116,79	1,29

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
521,57	769,08	241,22	11,11

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства Алферова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

Школа №161

М Е Н Ю

На 15.09.2025
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброд с сыром	60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом	250	45,13	324
Фрукт (сезонный)	80	7,84	38
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Итого:		95,04	624
Обед			
Салат из белокочанной капусты свежей(квашенной) с морковью	100	6,47	60
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н	250	24,22	138
Плов из курицы	280	51,48	560
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		129,62	979
Полдник			
Булочка с повидлом обсыпная	150	61,70	480
Компот из смеси сухофруктов	200	32,01	133
Итого:		93,71	613
Весь рацион питания:		318,37	2216

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
61,32	76,52	318,37	0,99	1,02	38,63	131,68	1,48

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
589,59	911,68	288,76	12,89

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства Алферова А. .