

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 11.03.2026 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Котлеты рыбные из горбуши ( фарш) с соусом		100	11,40	168
Пюре картофельное с зеленым горошком		150/30	23,40	156
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Итого:	85,00	530	75,81	515
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Компот их свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Плов из мяса* с крупой перловой и соленым огурчиком		255	31,40	386
Итого:	114,91	720	109,87	762
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с капустой и луком		100	42,04	247
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Итого:	39,46	300	58,05	313
Весь рацион питания:	239,37	1550	243,72	1590

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,82	45,35	243,72	0,64	0,32	52,00	72,00	3,55
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
252,73	639,79	198,06	10,94				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)

Алферова А. .

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 11.03.2026 (среда)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Котлеты рыбные из горбуши ( фарш) с соусом		100	11,40	168
Пюре картофельное с зеленым горошком 180/40		180/40	26,88	180
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Итого:	95,46	570	79,29	539
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Компот их свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Плов из мяса* с крупой перловой и соленым огурчиком		285	44,00	540
Итого:	133,65	800	127,31	944
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с капустой и луком		150	63,06	370
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Итого:	59,57	350	79,07	436
Весь рацион питания:	288,68	1720	285,66	1919

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
62,23	57,61	285,66	0,74	0,33	63,14	79,50	4,92
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
292,38	704,58	220,50	11,91				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. .