

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 14.01.2026 (среда)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с сахаром		60	6,89	49
Запеканка рисовая с творогом и молоком стуженым		210	58,57	338
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	85,00	510	94,05	502
Обед				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		200	8,07	72
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	256
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		60	4,96	56
Итого:	114,91	775	94,67	773
Полдник				
Крендель " Сахарный "		100	56,00	370
Компот ягодный		200	17,43	73
Итого:	39,46	300	73,43	443
Весь рацион питания:	239,37	1585	262,15	1718

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,36	48,84	262,15	0,89	0,60	47,73	153,49	15,06
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
365,04	700,60	217,69	13,32				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Handwritten signature)



(Михалев А. И.)
Алферова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

М Е Н Ю

На 14.01.2026 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		210	58,57	338
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	95,46	550	98,64	535
Обед				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	10,09	90
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	307
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Итого:	133,65	895	106,99	879
Полдник				
Крендель " Сахарный "		150	84,00	555
Компот ягодный		200	17,43	73
Итого:	59,57	350	101,43	628
Весь рацион питания:	288,68	1795	307,06	2042

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
65,12	60,19	307,06

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
1,06	0,71	53,87	159,50	18,47

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
424,00	824,12	262,17	15,71

Директор

Зав. производства

Шеф-повар

(Михалев А. И.)

Алферова А.

