

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 18.11.2025 (вторник)



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Пряники	60	40,99	224
Запеканка рисовая с творогом и повидлом	220	61,36	354
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		130,94	693
Обед			
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной	200	8,81	116
Котлеты мясные (ф) с томатным соусом	100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом	150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит	200	27,88	115
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		113,24	829
Полдник			
Пирожок печеный с картофелем	100	40,92	223
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит	200	27,88	115
Итого:		68,80	338
Весь рацион питания:		312,98	1860

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,42	47,08	312,98	0,96	0,42	11,80	133,85	1,29

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Мg	Fe
309,18	614,89	183,19	13,36

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

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 18.11.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Пряники	100	68,31	373
Запеканка рисовая с творогом и повидлом	250	69,72	403
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		166,63	891
Обед			
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной	250	11,01	145
Котлеты мясные (ф) с томатным соусом	100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом	200	46,67	323
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит	200	27,88	115
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		127,11	939
Полдник			
Пирожок печеный с картофелем	150	61,38	334
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит	200	27,88	115
Итого:		89,26	449
Весь рацион питания:		383,00	2279

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
68,03	57,53	383,00	1,17	0,48	14,25	153,84	1,33
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
368,04	747,58	218,26	15,69				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.