

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 20.04.2026
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200	36,11	259
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Сок фруктовый 125		125	12,63	53
Итого:	85,00	585	90,81	574
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		60	3,88	36
Суп картофельный с вермишелью		200	19,38	106
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Плов из курицы		250	45,96	500
Итого:	114,91	795	126,68	913
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Итого:	39,46	300	57,14	386
Весь рацион питания:	239,37	1680	274,62	1873

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,95	62,30	274,62	0,80	0,88	23,75	116,79	1,60
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
497,13	750,32	232,75	9,34				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. .

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 20.04.2026
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Сок фруктовый 125		125	12,63	53
Итого:	95,46	635	99,83	639
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с вермишелью		250	24,22	133
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Плов из курицы		280	51,48	560
Итого:	133,65	915	139,62	1024
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		150	61,70	480
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Итого:	59,57	350	77,70	546
Весь рацион питания:	288,68	1900	317,16	2209

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
62,77	76,75	317,16	0,99	0,99	32,77	131,68	1,79
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
565,15	892,92	280,29	11,12				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А.