

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 22.12.2025
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша жидкая молочная из манной крупы	200	42,36	291
Бутерброд с сыром	50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Фрукт (сезонный)	120	11,76	56
Итого:	580	96,19	609
Обед			
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	200	13,46	126
Макаронные изделия отварные с маслом	150	30,98	170
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Котлеты из филе куриного в соусе	50/50	8,14	115
Итого:	735	121,54	728
Полдник			
Бутерброд с сыром	50/10	24,70	175
Плюшка московская	100	56,00	350
Чай с лимоном	200/7/10	7,71	42
Итого:	317	63,71	392
Весь рацион питания:	1632	281,44	1729

Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью

Макаронные изделия отварные с маслом

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
48,71	42,50	281,44	0,49	1,03	81,18	199,87	2,75
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
600,04	688,17	222,77	27,79				

Бутерброд с сыром

Плюшка московская

Чай с лимоном

Итого:

Весь рацион питания:

Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью

Макаронные изделия отварные с маслом

Бутерброд с сыром

Плюшка московская

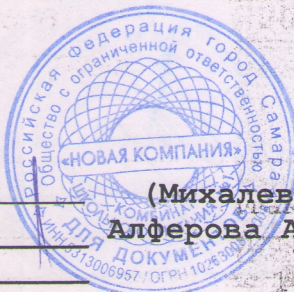
Чай с лимоном

Итого:

Весь рацион питания:

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 22.12.2025
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша жидкая молочная из манной крупы	250	52,95	364
Бутерброд с сыром	50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Фрукт (сезонный)	120	11,76	56
Итого:	630	106,78	682
Обед			
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	250	16,82	158
Макаронные изделия отварные с маслом	200	41,30	227
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Котлеты из филе куриного в соусе	50/50	8,14	115
Итого:	815	125,23	767
Полдник			
Бутерброд с сыром	150	84,00	525
Плюшка московская	200/7/10	7,71	42
Чай с лимоном			
Итого:	367	91,71	567
Весь рацион питания:	1812	323,72	2016

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
54,11	51,02	323,72

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,53	1,11	85,05	247,25	2,90

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
667,56	784,97	235,16	28,39

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михаев А. И.)
Алферова А.

