

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Директор Школы №161

На 27.01.2026 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Котлеты рыбные из горбуши ( фарш) с соусом		100	11,40	168
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>	<b>540</b>	<b>67,81</b>	<b>526</b>
<b>Обед</b>				
Маринад овощной		60	4,92	63
Суп картофельный с клецками		200	15,03	106
Плов из мяса с крупой перловой *		250	43,36	536
Компот их свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>114,91</b>	<b>775</b>	<b>122,40</b>	<b>971</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с капустой и луком		100	42,04	247
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
<b>Итого:</b>	<b>39,46</b>	<b>300</b>	<b>58,05</b>	<b>313</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>239,37</b>	<b>1615</b>	<b>248,26</b>	<b>1810</b>

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
107,58	64,09	248,26

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,68	0,42	58,67	88,84	5,46

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
310,68	809,16	240,74	13,14

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)

Алфорова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

МЕНЮ

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 27.01.2026 (вторник)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Икра кабачковая		100	8,33	133
Котлеты рыбные из горбуши ( фарш) с соусом		100	11,40	168
Пюре картофельное		180	24,48	164
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>95,46</b>	<b>610</b>	<b>75,22</b>	<b>606</b>
<b>Обед</b>				
Маринад овощной		100	8,20	104
Суп картофельный с клецками		250	18,79	133
Плов из мяса с крупой перловой *		280	48,56	600
Компот их свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>133,65</b>	<b>895</b>	<b>134,64</b>	<b>1103</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с капустой и луком		150	63,06	370
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
<b>Итого:</b>	<b>59,57</b>	<b>350</b>	<b>79,07</b>	<b>436</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>288,68</b>	<b>1855</b>	<b>288,93</b>	<b>2145</b>

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
150,75	78,78	288,93

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,84	0,48	81,23	100,55	8,31

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
393,33	971,40	295,70	15,56



Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

(Михалев А. И.)  
Алферова А.