

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 27.03.2026 (пятница)



| Наименование блюда   | Цена          | Выход       | Углеводы      | Ккал        |
|--|---------------|-------------|---------------|-------------|
| <b>Первый завтрак</b>  |               |             |               |             |
| Яйца вареные   |               | 40          | 0,03          | 63          |
| Сосиски отварные с соусом  |               | 100         | 3,75          | 204         |
| Каша пшенная рассыпчатая   |               | 150         | 39,23         | 267         |
| Чай с сахаром  |               | 210         | 13,60         | 40          |
| Хлеб пшеничный   |               | 30          | 15,00         | 75          |
| <b>Итого:</b>  | <b>85,00</b>  | <b>530</b>  | <b>71,61</b>  | <b>649</b>  |
| <b>Обед</b>  |               |             |               |             |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)   |               | 200         | 14,24         | 147         |
| Капуста тушеная.   |               | 150         | 11,83         | 116         |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |               | 200         | 14,10         | 58          |
| Хлеб пшеничный   |               | 50          | 25,00         | 125         |
| Хлеб ржаной  |               | 50          | 23,50         | 115         |
| Котлеты, биточки (особые) с соусом   |               | 100         | 10,57         | 182         |
| <b>Итого:</b>  | <b>114,91</b> | <b>750</b>  | <b>99,24</b>  | <b>743</b>  |
| <b>Полдник</b>   |               |             |               |             |
| Пирожок печеный с повидлом   |               | 100         | 55,56         | 267         |
| Чай с сахаром  |               | 200/10      | 13,60         | 40          |
| <b>Итого:</b>  | <b>39,46</b>  | <b>310</b>  | <b>69,16</b>  | <b>307</b>  |
| <b>Весь рацион питания:</b>  | <b>239,37</b> | <b>1590</b> | <b>240,01</b> | <b>1699</b> |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C     | A      | E    |
| 53,77                               | 60,19  | 240,01   | 0,78                    | 0,45 | 33,55 | 183,00 | 1,31 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 289,88                              | 561,00 | 198,31   | 12,35                   |      |       |        |      |

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
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 27 03 2026 (пятница)



| Наименование блюда   | Цена          | Выход       | Углеводы      | Ккал        |
|--|---------------|-------------|---------------|-------------|
| <b>Первый завтрак</b>  |               |             |               |             |
| Яйца вареные   |               | 40          | 0,03          | 63          |
| Сосиски отварные с соусом  |               | 100         | 3,75          | 204         |
| Каша пшенная рассыпчатая   |               | 180         | 47,08         | 320         |
| Чай с молоком  |               | 200/15      | 15,90         | 81          |
| Хлеб пшеничный   |               | 30          | 15,00         | 75          |
| <b>Итого:</b>  | <b>95,46</b>  | <b>565</b>  | <b>81,75</b>  | <b>743</b>  |
| <b>Обед</b>  |               |             |               |             |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)   |               | 250         | 17,80         | 183         |
| Капуста тушеная.   |               | 200         | 15,77         | 154         |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |               | 200         | 14,10         | 58          |
| Хлеб пшеничный   |               | 50          | 25,00         | 125         |
| Хлеб ржаной  |               | 50          | 23,50         | 115         |
| Котлеты , биточки (особые) с соусом  |               | 100         | 10,57         | 182         |
| <b>Итого:</b>  | <b>133,65</b> | <b>850</b>  | <b>106,74</b> | <b>817</b>  |
| <b>Полдник</b>   |               |             |               |             |
| Пирожок печеный с повидлом   |               | 150         | 83,34         | 400         |
| Чай с сахаром  |               | 200/10      | 13,60         | 40          |
| <b>Итого:</b>  | <b>59,57</b>  | <b>360</b>  | <b>96,94</b>  | <b>440</b>  |
| <b>Весь рацион питания:</b>  | <b>288,68</b> | <b>1775</b> | <b>285,44</b> | <b>2000</b> |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 62,61                               | 67,88  | 285,44   | 0,88                    | 0,49 | 44,61 | 201,00 | 1,31 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 381,29                              | 674,25 | 228,32   | 13,02                   |      |       |        |      |



Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

(Михалев А. И.)  
Алферова А. .