

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 28.01.2026 (среда)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Салат из моркови с сахаром		0,60	6,89	49
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		210	58,57	338
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>	<b>510</b>	<b>94,05</b>	<b>502</b>
<b>Обед</b>				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		200	8,07	72
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	256
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		60	4,96	56
<b>Итого:</b>	<b>114,91</b>	<b>775</b>	<b>94,67</b>	<b>773</b>
<b>Полдник</b>				
Крендель " Сахарный "		100	56,00	370
Компот ягодный		200	17,43	73
<b>Итого:</b>	<b>39,46</b>	<b>300</b>	<b>73,43</b>	<b>443</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>239,37</b>	<b>1585</b>	<b>262,15</b>	<b>1718</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,36	48,84	262,15	0,89	0,60	47,73	153,49	15,06
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
365,04	700,60	217,69	13,32				

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 28.01.2026 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		250	69,72	403
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>95,46</b>	<b>590</b>	<b>109,80</b>	<b>600</b>
<b>Обед</b>				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	10,09	90
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	307
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
<b>Итого:</b>	<b>133,65</b>	<b>895</b>	<b>106,99</b>	<b>879</b>
<b>Полдник</b>				
Крендель " Сахарный "		150	84,00	555
Компот ягодный		200	17,43	73
<b>Итого:</b>	<b>59,57</b>	<b>350</b>	<b>101,43</b>	<b>628</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>288,68</b>	<b>1835</b>	<b>318,22</b>	<b>2107</b>

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
67,77	61,46	318,22

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
1,07	0,75	53,94	170,25	18,52

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
441,23	857,69	268,30	15,91



Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

(Михалев А. И.)  
Алферова А.