

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 03.12.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Курица тушенная в соусе	100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	200	48,63	305
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		82,54	608
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	200	15,03	106
Запеканка из печени с соусом сметанным	100	11,43	148
Пюре картофельное	150	20,40	137
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		115,84	708
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	100	42,14	321
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:		55,74	361
Весь рацион питания:		254,11	1677

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
53,44	50,79	254,11	0,97	0,35	79,75	157,15	2,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
234,52	589,18	313,69	15,37				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алфорова А. .

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 03.12.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Курица тушенная в соусе	100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	250	60,79	381
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		94,69	684
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	250	18,79	133
Запеканка из печени с соусом сметанным	100	11,43	148
Пюре картофельное	200	27,20	183
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	50	23,50	115
Итого:		133,45	816
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	150	63,21	482
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:		76,81	522
Весь рацион питания:		304,95	2022

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
62,15	62,33	304,95	1,18	0,42	87,50	197,50	2,18
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
266,93	733,06	382,36	18,30				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .