

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

На 31.01.2026 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Пряники		60	40,99	224
Суп молочный с крупой рисовой		250	7,68	89
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	95,46	570	91,04	581
Обед				
Суп с рыбными консервами сельдь		250	14,34	168
Биточки из филе кур с соусом		100	12,32	178
Вермишель отварная с маслом		180	37,05	225
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	133,65	815	132,67	888
Весь рацион питания:	229,11	1385	223,71	1469

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
42,75	45,01	223,71

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,56	0,86	62,86	176,16	11,95

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
379,53	443,86	154,68	8,52

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А.