

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 05.05.2026 (четверг)



| Наименование блюда   | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>  |        |       |          |      |
| Котлеты из филе куриного в соусе   |        | 100   | 8,14     | 115  |
| Компот ягодный   |        | 200   | 17,43    | 73   |
| Хлеб пшеничный   |        | 30    | 15,00    | 75   |
| Вермишель отварная с маслом и свежим огурчиком   |        | 185   | 32,52    | 180  |
| Итого:   | 85,00  | 515   | 73,09    | 443  |
| <b>Обед</b>  |        |       |          |      |
| Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью  |        | 250   | 9,24     | 111  |
| Тефтели ( 2-й вариант) тушеные в соусе   |        | 110   | 9,44     | 142  |
| Каша перловая рассыпчатая  |        | 150   | 30,52    | 184  |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |        | 200   | 14,10    | 58   |
| Хлеб пшеничный   |        | 50    | 24,60    | 118  |
| Хлеб ржаной  |        | 50    | 23,50    | 115  |
| Итого:   | 114,91 | 810   | 111,40   | 728  |
| <b>Полдник</b>   |        |       |          |      |
| Булочка ванильная  |        | 100   | 44,48    | 322  |
| Напиток из плодов шиповника  |        | 200   | 27,52    | 112  |
| Итого:   | 39,46  | 300   | 72,00    | 434  |
| Весь рацион питания:   | 239,37 | 1625  | 256,49   | 1605 |

Для всего меню

В граммах

|       |       |          |
|-------|-------|----------|
| Белки | Жиры  | Углеводы |
| 45,26 | 38,35 | 256,49   |

Витамины в миллиграммах

|      |      |        |        |       |
|------|------|--------|--------|-------|
| B1   | B2   | C      | A      | E     |
| 1,65 | 0,31 | 115,90 | 142,60 | 19,96 |

Минеральные вещества в миллиграммах

|        |        |        |       |
|--------|--------|--------|-------|
| Ca     | P      | Mg     | Fe    |
| 260,04 | 574,71 | 170,27 | 10,55 |



Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

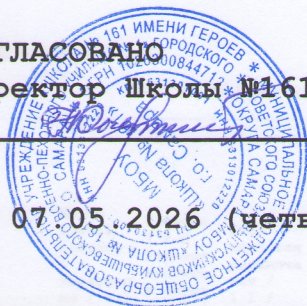
Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 07.05.2026 (четверг)



| Наименование блюда   | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>  |        |       |          |      |
| Котлеты из филе куриного в соусе   |        | 100   | 8,14     | 115  |
| Компот ягодный   |        | 200   | 17,43    | 73   |
| Хлеб пшеничный   |        | 50    | 25,00    | 125  |
| Вермишель отварная с маслом и свежим огурчиком   |        | 235   | 39,22    | 226  |
| Итого:   | 95,46  | 585   | 89,79    | 539  |
| <b>Обед</b>  |        |       |          |      |
| Щи из свежей капусты с картофелем  |        | 250   | 8,20     | 83   |
| Тефтели ( 2-й вариант) тушеные в соусе   |        | 120   | 10,30    | 155  |
| Каша перловая рассыпчатая  |        | 200   | 40,69    | 246  |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |        | 200   | 14,10    | 58   |
| Хлеб пшеничный   |        | 50    | 24,60    | 118  |
| Хлеб ржаной  |        | 50    | 23,50    | 115  |
| Сметана  |        | 20    | 0,70     | 41   |
| Итого:   | 133,65 | 890   | 122,09   | 816  |
| <b>Полдник</b>   |        |       |          |      |
| Булочка ванильная  |        | 150   | 66,72    | 483  |
| Напиток из плодов шиповника  |        | 200   | 27,52    | 112  |
| Итого:   | 59,57  | 350   | 94,24    | 595  |
| Весь рацион питания:   | 288,68 | 1825  | 306,12   | 1950 |

Для всего меню

|                                     |        |          |                         |      |        |        |       |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|--------|--------|-------|
| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |        |        |       |
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C      | A      | E     |
| 55,90                               | 48,64  | 306,12   | 2,24                    | 0,39 | 103,95 | 186,83 | 17,94 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |        |        |       |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |        |        |       |
| 285,01                              | 658,26 | 189,25   | 11,55                   |      |        |        |       |

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.