

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 09.04.2026 (четверг)



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|---------------|-------------|---------------|-------------|
| Первый завтрак | | | | |
| Котлеты из филе куриного в соусе | | 100 | 8,14 | 115 |
| Вермишель отварная с маслом и соленым огурчиком | | 185 | 32,52 | 180 |
| Компот ягодный | | 200 | 17,43 | 73 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Итого: | 85,00 | 515 | 73,09 | 443 |
| Обед | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | | 200 | 6,56 | 66 |
| 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 |
| Сметана | | 20 | 0,70 | 41 |
| Итого: | 114,91 | 780 | 109,42 | 724 |
| Полдник | | | | |
| 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 | 1595 | 254,51 | 1601 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 45,18 | 39,77 | 254,51 | 1,61 | 0,32 | 99,00 | 163,50 | 17,61 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 252,54 | 552,96 | 157,29 | 10,07 | | | | |



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 09.04.2026 (четверг)



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Котлеты из филе куриного в соусе | | 100 | 8,14 | 115 |
| Вермишель отварная с маслом и соленым огурчиком | | 235 | 39,22 | 226 |
| Компот ягодный | | 200 | 17,43 | 73 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Итого: | 95,46 | 565 | 79,79 | 489 |
| Обед | | | | |
| 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 |
| Полдник | | | | |
| 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 | 1805 | 296,12 | 1900 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|--------|--------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 54,43 | 48,04 | 296,12 | 2,21 | 0,39 | 103,95 | 186,83 | 17,61 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 280,41 | 656,49 | 181,79 | 11,21 | | | | |

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. .