ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

М Е Н Ю

На 13.12.2025 (суббота)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Печенье	60	44,64	250
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:	570	94,69	607
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:	815	132,67	888
Весь рацион питания:	1385	227,36	1495

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
43,36	45,97	227,36	0,60	0,89	62,86	182,16	11,95

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
390,33	467,86	161,28	9,30

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____ Алферова А. .

Шеф-повар _____