

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 06.05.2025 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда                             | Цена   | Выход  | Углеводы | Ккал |
|------------------------------------------------|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак                                 |        |        |          |      |
| Пряники                                        |        | 70     | 47,82    | 261  |
| Запеканка рисовая с творогом и повидлом        |        | 220    | 61,36    | 354  |
| Чай с сахаром                                  |        | 200/10 | 13,60    | 40   |
| Итого:                                         | 85,00  |        | 122,77   | 655  |
| Обед                                           |        |        |          |      |
| Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной |        | 200    | 8,69     | 89   |
| Котлеты из говядины с томатным соусом          |        | 100    | 10,39    | 166  |
| Пюре из гороха с маслом                        |        | 150    | 35,00    | 242  |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит       |        | 200    | 27,88    | 115  |
| Хлеб пшеничный                                 |        | 30     | 15,00    | 75   |
| Хлеб ржаной                                    |        | 35     | 16,45    | 80   |
| Итого:                                         | 110,17 |        | 113,41   | 767  |
| Полдник                                        |        |        |          |      |
| Пирожок печеный с картофелем                   |        | 100    | 40,92    | 223  |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит       |        | 200    | 27,88    | 115  |
| Итого:                                         | 37,83  |        | 68,80    | 338  |
| Весь рацион питания:                           | 233,00 |        | 304,99   | 1760 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 53,59                               | 40,40  | 304,99   | 0,91                    | 0,42 | 11,80 | 133,85 | 0,80 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 303,38                              | 617,24 | 172,90   | 12,94                   |      |       |        |      |

ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ШЕФ-ПОВАР

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.