

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 12.03.2025 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Пюре из моркови		60	3,98	55
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		210	58,57	338
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	85,00		91,15	508
Обед				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		200	8,07	72
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежей вишни		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Итого:	110,17		97,97	796
Полдник				
Крендель " Сахарный "		100	56,00	370
Компот ягодный		200	17,43	73
Итого:	37,83		73,43	443
Весь рацион питания:	233,00		262,55	1747

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
58,11	55,96	262,55	0,89	0,62	49,75	179,89	15,06
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
389,62	714,86	218,07	13,71				



КОНСУЛЬТАНТ  
ШЕФ-ПОЛАР