

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №161

На 14.05.2025 (среда)

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход  | Углеводы | Ккал |
|-----------------------------------------------------|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак                                      |        |        |          |      |
| Пюре из моркови                                     |        | 100    | 6,63     | 91   |
| Запеканка рисовая с творогом и<br>молоком сгущенным |        | 180    | 50,20    | 290  |
| Чай с сахаром                                       |        | 200/10 | 13,60    | 40   |
| Хлеб пшеничный                                      |        | 30     | 15,00    | 75   |
| Итого:                                              | 85,00  |        | 85,43    | 496  |
| Обед                                                |        |        |          |      |
| Суп из овощей                                       |        | 200    | 7,32     | 76   |
| 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 |        | 97,22    | 800  |
| Полдник                                             |        |        |          |      |
| Крендель " Сахарный "                               |        | 100    | 56,00    | 370  |
| Компот ягодный                                      |        | 200    | 17,43    | 73   |
| Итого:                                              | 37,83  |        | 73,43    | 443  |
| Весь рацион питания:                                | 233,00 |        | 256,08   | 1739 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |       |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|-------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C     | A      | E     |
| 56,50                               | 58,46  | 256,08   | 0,90                    | 0,62 | 50,62 | 189,42 | 15,01 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |       |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |       |        |       |
| 393,93                              | 709,46 | 222,63   | 13,72                   |      |       |        |       |

КСПОЛН. 1. 36  
ШБФ-БС. АР

Директор

Зав. производства

(Михалев А. И.)  
Алферова А.