

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО

Директор Школы №161



№ 18 03 2025 (вторник)

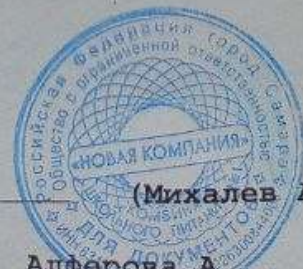
Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Пряники	100		68,31	373
Запеканка рисовая с творогом и повидлом	230		64,14	371
Чай с сахаром	200/10		13,60	40
Итого:	91,52		146,05	784
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной	250		10,87	111
Котлеты из говядины с томатным соусом	100		10,39	166
Пюре из гороха с маслом	200		46,67	323
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит	200		27,88	115
Хлеб пшеничный	30		15,00	75
Хлеб ржаной	35		16,45	80
Итого:	128,14		127,25	870
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем	120		49,10	267
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит	200		27,88	115
Итого:	57,11		76,98	382
Весь рацион питания:	276,77		350,29	2036

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
62,40	47,53	350,29	1,10	0,46	14,01	148,46	0,81
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
348,90	720,76	201,43	14,97				

Директор

М



(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

УФ

Зав. производства

Алферова А.