

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО

Директор Школы №161

МБОУ
«Школа №161»
г. Саранск
На 19.05.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200	36,11	259
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Фрукт (нарезка)		130	12,74	61
Итого:	85,00		90,92	582
Обед				
Салат из свежих огурцов		100	2,35	67
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Плов из курицы		200	36,77	400
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,17		105,95	798
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	37,83		73,14	453
Весь рацион питания:	233,00		270,01	1833

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
48,62	61,10	270,01	0,84	0,89	28,73	113,14	1,27
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
537,32	773,41	241,02	9,92				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР