

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

На 24.09.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Салат из моркови с сахаром	60	6,89	49
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:		94,05	502
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 свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)	200	14,10	58
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Салат из свеклы отварной	60	4,96	56
Итого:		94,67	759
Полдник			
Крендель " Сахарный "	100	56,00	370
Компот ягодный	200	17,43	73
Итого:		73,43	443
Весь рацион питания:		262,15	1704

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
57,36	48,84	262,15	0,89	0,60	47,73	153,49	15,06
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
365,04	700,60	217,69	13,32				

Директор

(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

Зав. производства

Алферова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №161

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

М Е Н Ю

На 24.09.2025 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Салат из моркови с сахаром	100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом и молоком стуженым	250	69,72	403
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		109,80	600
Обед			
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)	250	10,09	90
Курица отварная с соусом	100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом	200	46,67	323
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)	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:		111,66	895
Полдник			
Крендель " Сахарный "	150	84,00	555
Компот ягодный	200	17,43	73
Итого:		101,43	628
Весь рацион питания:		322,89	2123

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
69,59	62,38	322,89

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
1,13	0,77	53,94	174,25	18,52

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
453,89	886,09	276,52	16,54

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.