

ОО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

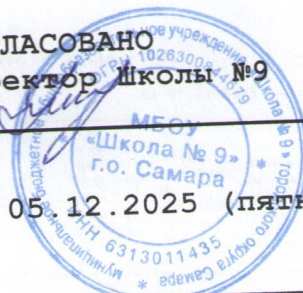
Школа №9

МЕНЮ

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

На 05.12.2025 (пятница)



| Наименование блюда                                   | Выход | Углеводы | Ккал |
|------------------------------------------------------|-------|----------|------|
| Первый завтрак                                       |       |          |      |
| Яйца вареные                                         | 40    | 0,03     | 63   |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы                | 250   | 49,00    | 358  |
| Бутерброд с маслом сливочным                         | 50/10 | 25,00    | 181  |
| Кофейный напиток с молоком                           | 200   | 17,37    | 87   |
| Итого:                                               |       | 91,40    | 689  |
| Обед                                                 |       |          |      |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н) | 250   | 17,80    | 183  |
| Каша гречневая рассыпчатая                           | 185   | 49,16    | 346  |
| Напиток из смеси сухофруктов                         | 200   | 16,01    | 66   |
| Хлеб пшеничный                                       | 50    | 25,00    | 125  |
| Хлеб ржаной                                          | 35    | 16,45    | 80   |
| Котлеты из мяса* с соусом                            | 50/50 | 10,57    | 182  |
| Итого:                                               |       | 134,99   | 982  |
| Полдник                                              |       |          |      |
| Пирожок печеный с повидлом                           | 150   | 83,34    | 400  |
| Компот из смеси сухофруктов                          | 200   | 32,01    | 133  |
| Итого:                                               |       | 115,35   | 533  |
| Весь рацион питания:                                 |       | 341,74   | 2204 |

| Для всего меню                      |        |          |       | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| В граммах                           |        |          |       | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| Белки                               | Жиры   | Углеводы |       |                         |      |       |        |      |
| 65,32                               | 63,92  | 341,74   |       | 0,90                    | 1,08 | 10,00 | 249,17 | 0,82 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |       |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe    |                         |      |       |        |      |
| 451,63                              | 922,16 | 334,72   | 15,07 |                         |      |       |        |      |



Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .