

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9



На 11.12.2025 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Макаронные изделия отварные с сыром	280	63,14	388
Чай с лимоном	217	7,71	42
Бутерброд с маслом сливочным	50/10	25,00	181
Овощи натуральные соленные (свежие) - огурцы	100	1,70	10
Итого:	657	97,55	621
Обед			
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)	250	11,00	97
Рагу из грудки куриной н/к (с картофелем)	280	24,08	344
Компот из смеси сухофруктов	200	32,01	133
Хлеб пшеничный	50	24,60	118
Хлеб ржаной	50	23,50	115
Сметана	20	0,70	41
Итого:	850	115,89	848
Полдник			
Пирожок печеный с капустой и луком	150	63,06	370
Чай с сахаром	210	13,60	40
Итого:	360	76,66	410
Весь рацион питания:	1867	290,10	1879

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
63,09	55,35	290,10

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,74	1,75	67,02	173,30	20,82

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
548,27	859,76	328,40	31,15



Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А.