

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 15.04.2026 (среда)

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Пюре из моркови | | 100 | 6,63 | 91 |
| Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным | | 220 | 61,36 | 354 |
| Чай с сахаром | | 200/10 | 13,60 | 40 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Итого: | 95,46 | 560 | 96,59 | 560 |
| 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 | | 180 | 42,00 | 307 |
| 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 | | 50 | 23,50 | 115 |
| Итого: | 133,65 | 810 | 105,78 | 821 |
| Полдник | | | | |
| Крендель " Сахарный " | | 150 | 84,00 | 555 |
| Напиток из смеси сухофруктов | | 200 | 16,01 | 66 |
| Итого: | 59,57 | 350 | 100,01 | 621 |
| Весь рацион питания: | 288,68 | 1720 | 302,37 | 2002 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 65,63 | 62,44 | 302,37 | 1,03 | 0,69 | 15,65 | 206,19 | 18,34 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 420,26 | 807,10 | 235,30 | 14,32 | | | | |

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А.