

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

На 22.12.2025  
(понедельник)



| Наименование блюда                             | Выход    | Углеводы | Ккал |
|------------------------------------------------|----------|----------|------|
| Первый завтрак                                 |          |          |      |
| Каша жидкая молочная из манной крупы           | 200      | 42,36    | 291  |
| Бутерброд с сыром                              | 50/10    | 24,70    | 175  |
| Кофейный напиток с молоком                     | 200      | 17,37    | 87   |
| Фрукт (сезонный)                               | 120      | 11,76    | 56   |
| Итого:                                         | 580      | 96,19    | 609  |
| Обед                                           |          |          |      |
| Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью | 200      | 13,46    | 126  |
| Макаронные изделия отварные с маслом           | 150      | 30,98    | 170  |
| Напиток из плодов шиповника                    | 200      | 27,52    | 112  |
| Хлеб пшеничный                                 | 50       | 25,00    | 125  |
| Хлеб ржаной                                    | 35       | 16,45    | 80   |
| Котлеты из филе куриного в соусе               | 50/50    | 8,14     | 115  |
| Итого:                                         | 735      | 121,54   | 728  |
| Полдник                                        |          |          |      |
| Плюшка московская                              | 100      | 56,00    | 350  |
| Чай с лимоном                                  | 200/7/10 | 7,71     | 42   |
| Итого:                                         | 317      | 63,71    | 392  |
| Весь рацион питания:                           | 1632     | 281,44   | 1729 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C     | A      | E    |
| 48,71                               | 42,50  | 281,44   | 0,49                    | 1,03 | 81,18 | 199,87 | 2,75 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 600,04                              | 688,17 | 222,77   | 27,79                   |      |       |        |      |

Директор \_\_\_\_\_  
Зав. производства \_\_\_\_\_  
Шеф-повар \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)  
Алферова А.

