

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 24.11.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша жидкая молочная из манной крупы	250	52,95	364
Бутерброд с сыром	50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком	200	17,37	87
Фрукт (сезонный)	120	11,76	56
Итого:		106,78	682
Обед			
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	250	16,82	158
Котлеты из грудки куриной н/к с соусом	100	8,14	190
Макаронные изделия отварные с маслом	200	41,30	262
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:	5	125,23	877
Полдник			
Плюшка московская	150	84,00	525
Чай с лимоном	200/7/10	7,71	42
Итого:		91,71	567
Весь рацион питания:		323,72	2126

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,11	51,02	323,72	0,53	1,11	85,05	247,25	2,90
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
667,56	784,97	235,16	28,39				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.