

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 16.03.2026
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		200	36,11	259
Сок фруктовый		125	12,60	56
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	85,00	585	90,78	577
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		60	3,88	36
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Плов из курицы		250	45,96	500
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	114,91	795	142,68	984
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Итого:	39,46	300	57,14	386
Весь рацион питания:	239,37	1680	290,59	1947

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,28	62,48	290,59	0,82	0,90	24,11	116,79	1,60
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
520,37	769,04	245,48	11,68				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А. .