

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

На 19.02.2026 (четверг)

| Наименование блюда   | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак   |        |       |          |      |
| Салат витаминный (н)   |        | 60    | 14,84    | 112  |
| Котлеты из грудки куриной н/к с соусом   |        | 100   | 8,14     | 190  |
| Макаронные изделия отварные с маслом   |        | 155   | 32,01    | 176  |
| Компот ягодный   |        | 200   | 17,43    | 73   |
| Хлеб пшеничный   |        | 30    | 15,00    | 75   |
| Итого:   | 85,00  | 545   | 87,42    | 626  |
| Обед   |        |       |          |      |
| Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне (с/н)   |        | 200   | 6,56     | 77   |
| Тефтели ( 2-й вариант) тушеные в соусе   |        | 110   | 9,44     | 142  |
| Каша перловая рассыпчатая  |        | 150   | 30,52    | 184  |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |        | 200   | 14,10    | 58   |
| Хлеб пшеничный   |        | 50    | 24,60    | 118  |
| Хлеб ржаной  |        | 50    | 23,50    | 115  |
| Сметана  |        | 10    | 0,35     | 21   |
| Итого:   | 114,91 | 770   | 109,07   | 715  |
| Полдник  |        |       |          |      |
| Булочка ванильная  |        | 100   | 44,48    | 322  |
| Компот ягодный   |        | 200   | 17,43    | 73   |
| Итого:   | 39,46  | 300   | 61,91    | 395  |
| Весь рацион питания:   | 239,37 | 1615  | 258,40   | 1736 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 49,90                               | 42,16  | 258,40   | 1,85                    | 0,40 | 88,92 | 149,16 | 4,26 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 227,30                              | 550,88 | 157,13   | 11,04                   |      |       |        |      |

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

(Михалев А. И.)  
Алферова А. .