

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 28.04.2026 (вторник)

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Котлеты рыбные из горбуши (фарш) с соусом | | 100 | 11,40 | 168 |
| Пюре картофельное с зеленым горошком | | 150/30 | 23,40 | 156 |
| Напиток из смеси сухофруктов | | 200 | 16,01 | 66 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 25,00 | 125 |
| Итого: | 85,00 | 530 | 75,81 | 515 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н | | 200 | 19,38 | 110 |
| Компот их свежих плодов (яблоки) | | 200 | 27,88 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Плов из мяса* с крупой перловой и соленым огурчиком | | 255 | 31,40 | 386 |
| Итого: | 114,91 | 720 | 109,87 | 762 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с капустой и луком | | 100 | 42,04 | 247 |
| Напиток из смеси сухофруктов | | 200 | 16,01 | 66 |
| Итого: | 39,46 | 300 | 58,05 | 313 |
| Весь рацион питания: | 239,37 | 1550 | 243,72 | 1590 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 49,82 | 45,35 | 243,72 | 0,64 | 0,32 | 52,00 | 72,00 | 3,55 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 252,73 | 639,79 | 198,06 | 10,94 | | | | |

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. С.