

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Лицей
философии" г.о.Самара

МБОУ "Лицей философии" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 17.12.2025 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Курица тушенная в соусе	120	3,48	194
Каша гречневая рассыпчатая с икрой кабачковой	200	46,24	354
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:	550	80,73	689
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	250	22,06	156
Запеканка из печени с соусом сметанным	110	12,58	163
Пюре картофельное	180	24,48	164
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	50	23,50	115
Итого:	840	135,14	835
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	150	63,21	482
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:	360	76,81	522
Весь рацион питания:	1750	292,68	2046

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
93,81	69,91	292,68	0,96	0,40	85,88	153,75	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
272,27	645,51	329,38	16,49				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А.

