

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

Возрастная категория: 12-18 лет

На 16.09.2025 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Завтрак платный 5-11 класс				
Пюре яблочное 0,125		125	23,75	103
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		250	69,72	403
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	96,52		122,07	621
Обед платный 5-11 класс				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		250	11,01	145
Котлеты мясные (ф) с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		200	46,67	323
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	133,14		127,11	939
Полдник платный 5-11 класс				
Пирожок печеный с картофелем		100	40,92	223
Компот из свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Итого:	62,11		68,80	338
Весь рацион питания:	291,77		317,98	1898

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
59,16	47,76	317,98	1,07	0,48	15,90	153,84	1,33
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
350,99	685,26	204,96	14,69				

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.