

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 24.03.2026 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
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
<b>Обед</b>				
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
<b>Полдник</b>				
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	Mg	Fe				
252,73	639,79	198,06	10,94				



Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

(Михалев А. И.)  
Алферова А.