

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 18.03.2026 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Курица тушенная в соусе		100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Икра кабачковая		60	5,00	80
Итого:	85,00	540	78,77	664
Обед				
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)		200	17,65	125
Запеканка из печени с соусом сметанным		110	12,58	163
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	114,91	745	119,60	742
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	39,46	317	49,85	363
Весь рацион питания:	239,37	1602	248,21	1769

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
108,76	61,08	248,21	0,84	0,59	86,39	122,81	1,32
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
364,69	751,52	389,39	32,60				

Директор _____
Зав. производства _____
Шеф-повар _____

(Михалев А. И.)
Алферова А. .

