

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 04.03.2026 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Курица тушенная в соусе		100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		180	47,83	337
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Икра кабачковая		100	8,33	133
Итого:	95,46	610	90,07	773
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		200	27,20	183
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	133,65	860	137,86	854
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		150	63,21	482
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	59,57	367	70,92	524
Весь рацион питания:	288,68	1837	298,85	2151

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
150,92	76,67	298,85	1,02	0,69	96,68	153,52	1,32
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
414,45	888,98	448,83	35,31				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. .