

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБОУ "Лицей философии" г.о.Самара

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Лицей
философии" г.о.Самара

На 09.06.2025
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Фрукт (сезонный)		150	14,70	71
Каша вязкая молочная из пшенной крупы		200	54,30	352
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	114,37		111,07	685
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Рагу из куриного филе (с картофелем)		250	21,50	308
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	123,00		91,27	659
Весь рацион питания:	237,37		202,34	1344

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
43,30	38,98	202,34	0,53	0,92	42,32	124,47	0,52
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
474,67	638,73	179,84	11,69				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 09.06.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Фрукт (сезонный)		150	14,70	71
Каша вязкая молочная из пшенной крупы		200	54,30	352
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	114,37		111,07	685
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Рагу из куриного филе (с картофелем)		250	21,50	308
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	123,00		91,27	659
Полдник				
Плюшка московская		100	56,00	350
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	49,50		63,71	392
Весь рацион питания:	286,87		266,05	1736

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,81	48,12	266,05	0,57	1,14	46,19	173,70	0,53
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
648,25	915,14	294,12	30,97				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. Г.

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР