

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 12.05.2026 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сок фруктовый 125		125	12,63	53
Каша жидкая молочная из манной крупы		200	42,36	291
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	85,00	585	97,06	606
Обед				
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	44,80	410
Итого:	114,91	720	123,27	786
Полдник				
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	1605	278,37	1705

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,85	46,06	278,37	0,55	0,82	34,76	111,80	2,73
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
482,81	714,82	163,43	9,23				



Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А. С.