

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 15.10.2025 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Икра кабачковая	60	5,00	80
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
Итого:		78,77	664
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	200	15,03	106
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным	100	8,50	190
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:		112,90	750
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	100	42,14	321
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:		55,74	361
Весь рацион питания:		247,41	1775

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
105,15	63,57	247,41	0,88	1,47	78,61	140,44	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
248,73	693,02	295,53	19,76				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.