

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 27.03.2026 (пятница)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Сосиски отварные с соусом		100	3,75	204
Каша пшенная рассыпчатая		180	47,08	320
Чай с молоком		200/15	15,90	81
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	95,46	565	81,75	743
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	17,80	183
Капуста тушеная.		200	15,77	154
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Котлеты , биточки (особые) с соусом		100	10,57	182
Итого:	133,65	850	106,74	817
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		150	83,34	400
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	59,57	360	96,94	440
Весь рацион питания:	288,68	1775	285,44	2000

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
62,61	67,88	285,44	0,88	0,49	44,61	201,00	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
381,29	674,25	228,32	13,02				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. .