

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 21.01.2026 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Курица тушенная в соусе		100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая с икрой кабачковой		200	46,24	354
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	85,00	530	80,15	657
Обед				
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)		200	17,65	125
Запеканка из печени с соусом сметанным		110	12,58	163
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:	114,91	745	119,60	742
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	39,46	310	55,74	361
Весь рацион питания:	239,37	1585	255,48	1760

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
85,32	58,57	255,48	0,84	0,34	81,02	124,42	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
243,08	558,23	301,70	14,97				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А.