

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 27.06.2025 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Плов из говядины		200	34,69	430
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого: 104,00			73,47	650
Обед				
Салат "Свекольные палочки"		100	8,26	93
Суп с крупой пшенной на курином бульоне (с/н)		250	2,25	88
Рагу из куриного филе (с капустой)		250	21,50	308
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого: 133,37			100,58	799
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		130	54,78	417
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого: 49,50			68,88	475
Весь рацион питания: 286,87			242,93	1924

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
66,77	74,32	242,93

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,68	0,90	96,47	69,58	0,01

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
344,75	916,54	310,65	31,67



Директор

(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОЕАР

Зав. производства

Алферова А.

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 27.06.2025 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Плов из говядины		200	34,69	430
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого: 104,00			73,47	650
Обед				
Салат "Свекольные палочки"		100	8,26	93
Суп с крупой пшенной на курином бульоне (с/н)		250	2,25	88
Рагу из куриного филе (с капустой)		250	21,50	308
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого: 133,37			100,58	799
Весь рацион питания: 237,37			174,05	1449

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
57,80	56,14	174,05

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,51	0,81	95,12	33,18	0,01

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
309,49	827,08	270,66	29,98



Директор

(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

Зав. производства

Алферова А.