

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 18.02.2026 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Курица тушенная в соусе		100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		180	47,83	337
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Икра кабачковая		100	8,33	133
Итого:	95,46	610	90,07	773
Обед				
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)		250	22,06	156
Запеканка из печени с соусом сметанным		110	12,58	163
Пюре картофельное		180	24,48	164
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	133,65	840	135,14	835
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		150	63,21	482
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	59,57	360	76,81	522
Весь рацион питания:	288,68	1810	302,02	2130

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
146,19	74,89	302,02	0,99	0,46	90,58	150,11	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
314,84	695,78	353,28	17,60				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А. .