

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 17.03.2026 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		200	55,78	322
Чай с сахаром		210	13,60	40
Пряники		60	40,99	224
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	85,00	500	125,36	661
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		200	8,81	116
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,39	166
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	256
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	114,91	715	113,53	808
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		100	40,92	223
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	39,46	300	68,80	338
Весь рацион питания:	239,37	1515	307,69	1807

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,56	42,94	307,69	0,96	0,40	11,76	128,47	1,26
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
300,57	598,10	180,13	13,25				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. .