

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 16.02.2026  
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Сок фруктовый		125	12,60	56
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	95,46	635	99,80	642
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей ( квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Плов из курицы		280	51,48	560
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	133,65	895	129,62	979
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		150	61,70	480
Напиток для детского питания (индивидуальная упаковка)		330	1,00	10
Итого:	59,57	480	62,70	490
Весь рацион питания:	288,68	2010	292,12	2111

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
61,97	76,24	292,12	0,96	0,99	33,40	131,68	1,47
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
551,31	886,44	268,10	12,44				



Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

(Михалев А. И.)  
Алферова А.