

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 17.12.2025 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	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:	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:	745	119,60	742
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	100	42,14	321
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:	310	55,74	361
Весь рацион питания:	1585	255,48	1760

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
85,32	58,57	255,48	0,84	0,34	81,02	124,42	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
243,08	558,23	301,70	14,97				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А.