

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ Школы
г.о. Самара

МБОУ Школа г.о. Самара

М Е Н Ю

На 20.11.2025 (четверг)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Завтрак платный 5-11 класс				
Салат из редьки с морковью		100	5,06	73
Котлеты из филе куриного в соусе		100	8,14	190
Макаронные изделия отварные с маслом		180	37,17	236
Компот ягодный		200	17,43	73
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	96,52		82,81	647
Обед платный 5-11 класс				
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью		250	9,24	111
Тефтели из мяса, тушеные в томатным соусом (ф)		110	12,63	245
Каша перловая рассыпчатая		180	36,62	221
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	133,14		120,69	868
Полдник платный 5-11 класс				
Булочка ванильная		150	66,72	483
Компот из лесных ягод		200	16,52	70
Итого:	62,11		83,24	553
Весь рацион питания:	291,77		286,74	2068

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
51,45	59,26	286,74	2,44	0,58	101,53	146,95	6,28
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
236,38	621,21	194,67	12,89				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.