

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

МБОУ Школа г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

На 08.10.2025 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Завтрак платный 5-11 класс				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом и молоком стуженым		250	69,72	403
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	96,52		109,80	600
Обед платный 5-11 класс				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	10,09	90
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Итого:	133,17		116,99	912
Полдник платный 5-11 класс				
Крендель " Сахарный "		150	84,00	555
Компот ягодный		200	17,43	73
Итого:	62,11		101,43	628
Весь рацион питания:	291,80		328,22	2140

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
69,24	62,06	328,22

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Мг	Fe
445,83	859,45	275,76	16,25

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
1,10	0,75	53,94	170,25	18,85

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.