

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБОУ Школа г.о.Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

На 20.12.2025 (суббота)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Печенье	70	52,08	292
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	250	55,40	390
Бутерброд с маслом сливочным	50/10	25,00	181
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:	590	146,08	903
Обед			
Суп с рыбными консервами новый	250	14,34	168
Биточки из филе кур с соусом	50/50	12,32	178
Каша пшенная рассыпчатая	200	52,31	356
Компот из смеси сухофруктов	200	32,01	133
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:	815	142,43	990
Весь рацион питания:	1405	288,51	1893

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
51,52	61,11	288,51	0,78	0,59	11,59	227,73	0,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
401,57	732,54	245,33	13,33				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А.