

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 10.09.2025 (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 сгущенным		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		200	46,67	323
Компот ягодный		200	17,43	73
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Итого:	133,14		114,99	910
Полдник платный 5-11 класс				
Крендель " Сахарный "		150	84,00	555
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	62,11		98,10	613
Весь рацион питания:	291,77		322,89	2123

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
69,59	62,38	322,89	1,13	0,77	53,94	174,25	18,52
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
453,89	886,09	276,52	16,54				

Директор

Зав. производства

Алферова А.

(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР