

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ Школы №165  
г.о. Самара

МБОУ Школа г.о.Самара

М Е Н Ю

На 16.12.2025 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда                                | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|---------------------------------------------------|--------|-------|----------|------|
| Полдник платный 1-4 класс                         |        |       |          |      |
| Пирожок печеный с картофелем                      |        | 100   | 40,92    | 223  |
| Напиток из свежих плодов (яблоки)<br>+С вит       |        | 200   | 27,88    | 115  |
| Итого:                                            | 42,83  | 300   | 68,80    | 338  |
| Обед платный 1-4 класс                            |        |       |          |      |
| Борщ со свежей<br>капустой, картофелем и сметаной |        | 200   | 8,81     | 116  |
| Котлеты рубленые из филе индейки<br>с соусом      |        | 100   | 13,81    | 243  |
| Пюре из гороха с маслом                           |        | 150   | 35,00    | 242  |
| Напиток из свежих плодов (яблоки)<br>+С вит       |        | 200   | 27,88    | 115  |
| Хлеб пшеничный                                    |        | 30    | 15,00    | 75   |
| Хлеб ржаной                                       |        | 35    | 16,45    | 80   |
| Итого:                                            | 115,17 | 715   | 116,95   | 871  |
| Весь рацион питания:                              | 158,00 | 1015  | 185,75   | 1209 |

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |       |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|-------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А     | Е    |
| 39,23                               | 29,75  | 185,75   | 0,82                    | 0,13 | 11,16 | 43,94 | 0,49 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |       |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |       |      |
| 192,76                              | 316,61 | 110,80   | 9,23                    |      |       |       |      |

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. .