

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 13.10.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Завтрак платный 5-11 класс				
Бутерброд с сыром		60	24,70	175
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Фрукт (сезонный)		90	8,82	42
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	96,52		96,02	628
Обед платный 5-11 класс				
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Плов из курицы		280	51,48	560
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	133,14		129,62	979
Полдник платный 5-11 класс				
Булочка с повидлом обсыпная		150	61,70	480
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	62,11		93,71	613
Весь рацион питания:	291,77		319,35	2220

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
61,36	76,56	319,35	0,99	1,02	39,63	131,68	1,48
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
591,19	912,78	289,66	13,11				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.