ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №161

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

М Е Н Ю

На 11.06.2026 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Котлеты из грудки куриной н/к с соусом		50/50	10,40	119
Пюре картофельное маслом и огурцом (сезонно)		150/5/30	22,81	193
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	95,00	535	71,91	488
Обед				
Салат " Летний"		100	6,54	102
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	7,61	92
Плов из мяса с крупой перловой *		250	43,36	536
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		49.99	23,50	115
Итого:	149,58	856	121,61	1029
Весь рацион питания:	244,58	1391	193,52	1517

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,05	51,39	193,52	0,57	0,38	66,46	94,70	1,93

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
207,20	679,29	181,36	11,50

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____ Алферова А. С.

Шеф-повар _____

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ Школы №161 г.о.Самара

МБОУ Школа г.о.Самара №161

М Е Н Ю

На 11.06.2026 (четверг)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Котлеты рыбные из горбуши (фарш) с соусом		50/50	11,40	168
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		29.98	14,75	71
Икра кабачковая		100	8,33	133
Итого:	95,00	580	68,98	567
Обед				
Салат " Летний"		100	6,54	102
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью		250	9,24	111
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Биточки из говядины в соусе		100	10,10	201
Каша перловая рассыпчатая		150	30,52	184
Итого:	149,58	865	103,61	815
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		150	63,06	370
Снежок		200	12,75	79
Итого:	51,70	350	75,81	449
Весь рацион питания:	296,28	1795	248,40	1831

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
138,96	64,49	248,40	160,71	0,43	98,43	205,20	6,44

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
509,10	821,58	230,20	110,93

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____ Алферова А. С.

Шеф-повар _____