ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

Школа №161

М Е Н Ю

На 18.06.2026 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из белокочанной капусты свежей(квашенной) с морковью		100	6,47	60
Мясо птицы под томатным соусом		50/50	2,67	228
Макаронные изделия отварные с маслом		180	37,17	204
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	124,00	630	85,01	668
Обед				
Салат " Летний"		100	6,54	102
Щи из свежей капусты с картофелем		250	8,20	83
Котлеты рыбные из горбуши (фарш) с соусом		50/50	11,40	168
Каша перловая рассыпчатая		150	30,52	184
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	120,58	885	125,59	850
Весь рацион питания:	244,58	1515	210,60	1518

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
45,38	53,84	210,60	0,54	0,35	44,87	177,23	0,00

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
241,94	659,29	149,09	9,87

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____ Алферова А. С.

Шеф-повар _____

Нач. лагеря _____ Гагаева И. Ф.

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 18.06.2026 (четверг)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из белокочанной капусты с кукурузой		100	6,46	90
Мясо птицы под томатным соусом		50/50	2,67	228
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,98	170
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	124,00	580	68,97	617
Обед				
Салат " Летний"		100	6,54	102
Щи из свежей капусты с картофелем		250	8,20	83
Тефтели рыбные с соусом томатно-сметанным		50/50	9,41	122
Каша перловая рассыпчатая		150	30,52	184
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	120,58	885	123,60	804
Полдник				
Булочка ванильная		100	44,48	322
Компот ягодный		200	17,43	73
Бутерброд с сыром		40	14,76	107
Итого:	51,70	340	76,67	502
Весь рацион питания:	296,28	1805	269,24	1923

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,90	60,67	269,24	1,71	0,42	75,65	186,46	0,18

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
367,38	784,60	179,25	12,08

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____ Алферова А. С.

Шеф-повар _____