ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №161

Школа №161

М Е Н Ю

На 19.06.2026 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка из творога с повидлом		200	70,23	508
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Чай с сахаром		210	13,60	40
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	103,58	560	119,91	748
Обед				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью		206	12,56	96
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		150/10	40,06	260
Напиток из смеси сухофруктов		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	141,00	866	127,09	900
Весь рацион питания:	244,58	1426	246,99	1648

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
57,56	44,52	246,99	0,75	0,84	28,54	99,54	1,96

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
472,71	938,53	217,25	13,65

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____ Алферова А. С.

Шеф-повар _____

Нач. лагеря _____ Багаева Ч. Л.

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 19.06.2026 (пятница)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Запеканка из творога с повидлом	280	98,32	711
Салат из моркови с сахаром	100	11,48	82
Чай с лимоном	217	7,71	42
Хлеб пшеничный	30	14,76	71
Итого:	627	132,27	906
Обед			
Салат из свеклы отварной	100	8,26	93
Рассольник Ленинградский на курином бульоне (с/н)	200	10,00	92
Сердце в соусе	100	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая	150	37,56	244
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)	200	14,10	58
Хлеб пшеничный	50	24,60	118
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:	835	113,07	837
Полдник			
Пирожок печеный с капустой и луком	150	63,06	370
Сок фруктовый	200	12,60	56
Итого:	350	75,66	426
Весь рацион питания:	1812	321,00	2169

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
79,46	58,51	321,00	1,00	1,02	57,58	117,56	4,14

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
773,23	1366,41	370,01	34,98

Директор _____ (Михалев А. И.)
Зав. производства _____ Алферова А. С.
Шеф-повар _____