

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО  
ПИТАНИЯ №1  
Школа №27

## МЕНЮ

Возрастная категория: 12–18 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Школа №27»

На 03.10.2026 (Суббота)



| № техн. карты        | Наименование блюда                        | Выход, г | Химический состав |         |               | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------------------------|----------|-------------------|---------|---------------|-------------------------------|
|                      |                                           |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле- воды, г |                               |
| Завтрак              |                                           |          |                   |         |               |                               |
| 1                    | Бутерброд с маслом сливочным              | 60       | 3,86              | 8,00    | 25,00         | 181,00                        |
| 290                  | Курица тушенная в соусе                   | 100      | 13,28             | 10,84   | 2,90          | 162,00                        |
| 171                  | Каша пшеничная рассыпчатая                | 200      | 8,55              | 10,01   | 50,08         | 325,00                        |
| 377                  | Чай с лимоном                             | 217      | 0,12              | 0,02    | 15,20         | 62,00                         |
| Итого:               |                                           | 577      | 25,81             | 28,87   | 93,18         | 730,00                        |
| Обед                 |                                           |          |                   |         |               |                               |
| 103                  | Суп картофельный с вермишелью             | 250      | 2,70              | 2,60    | 18,91         | 109,86                        |
| 288                  | Мясо филе птицы ( 1 блюдо)                | 15       | 3,51              | 2,79    | 0,06          | 39,30                         |
| 1                    | Зелень                                    | 1        | 0,00              | 0,00    | 0,00          | 0,50                          |
| 269                  | Котлеты , биточки (особые) с соусом (331) | 100      | 7,89              | 10,50   | 9,30          | 181,00                        |
| 312                  | Пюре картофельное                         | 185      | 3,82              | 5,92    | 25,16         | 168,97                        |
| 342                  | Компот из свежих плодов - яблоки          | 180      | 0,14              | 0,14    | 25,20         | 103,50                        |
| 1                    | Хлеб пшеничный                            | 60       | 4,56              | 0,48    | 29,52         | 141,60                        |
| 1                    | Хлеб ржаной                               | 60       | 3,36              | 0,67    | 28,20         | 137,95                        |
| Итого:               |                                           | 851      | 25,98             | 23,10   | 136,35        | 882,68                        |
| Полдник              |                                           |          |                   |         |               |                               |
| 425                  | Булочка дорожная (ш)                      | 150      | 10,17             | 20,94   | 63,21         | 481,50                        |
| 376                  | Чай с сахаром                             | 210      | 0,20              | 0,00    | 13,60         | 39,90                         |
| Итого:               |                                           | 360      | 10,37             | 20,94   | 76,81         | 521,40                        |
| Весь рацион питания: |                                           | 1788     | 62,16             | 72,91   | 306,34        | 2134,08                       |

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

| БЖУ, гр |       |          | Витамины, мг |       |       |        |      | Минеральные вещества, мг |        |        |       |
|---------|-------|----------|--------------|-------|-------|--------|------|--------------------------|--------|--------|-------|
| Белки   | Жиры  | Углеводы | В1           | В2    | С     | А      | Е    | Са                       | Р      | Mg     | Fe    |
| 62,16   | 72,91 | 306,34   | 0,710        | 0,620 | 32,26 | 134,84 | 0,01 | 344,24                   | 800,26 | 275,38 | 30,73 |

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Михалев А.И.

Алферова А.С.

