

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

Школа №27

МЕНЮ

Возрастная категория: 7–12 лет

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель «Школа №27»

На 04.09.2026 (Пятница)

«Школа № 27»  
г.о. Самара

| № техн. карты        | Наименование блюда                                        | Выход, г | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                                                           |          | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |                                                           |          |                   |         |             |                               |
| 1                    | Бутерброд с маслом сливочным                              | 60       | 3,86              | 8,00    | 25,00       | 181,00                        |
| 279                  | Тефтели из говядины, тушеные в томатном соусе 2-й вариант | 110      | 8,34              | 10,79   | 12,95       | 182,05                        |
| 203                  | Рожки отварные с маслом                                   | 185      | 7,08              | 5,13    | 43,13       | 247,19                        |
| 379                  | Кофейный напиток с молоком                                | 200      | 1,45              | 1,25    | 17,37       | 86,85                         |
| Итого:               |                                                           | 555      | 20,73             | 25,17   | 98,45       | 697,09                        |
| Обед                 |                                                           |          |                   |         |             |                               |
| 82                   | Борщ со свежей капустой, картофелем, сметаной и зеленью   | 206      | 1,69              | 5,14    | 10,56       | 95,26                         |
| 376                  | Чай с сахаром                                             | 210      | 0,20              | 0,00    | 13,60       | 39,90                         |
| 321                  | Плов из птицы (филе) с огурцом (сезонно)                  | 290      | 24,57             | 11,04   | 56,56       | 423,86                        |
| 1                    | Хлеб пшеничный                                            | 40       | 3,04              | 0,32    | 19,68       | 94,40                         |
| 1                    | Хлеб ржаной                                               | 40       | 2,24              | 0,45    | 18,80       | 91,97                         |
| Итого:               |                                                           | 786      | 31,74             | 16,95   | 119,20      | 745,39                        |
| Полдник              |                                                           |          |                   |         |             |                               |
| 467                  | Пирожок печеный с картофелем                              | 100      | 6,31              | 3,64    | 40,92       | 222,67                        |
| 342                  | Компот из свежих плодов - яблоки                          | 200      | 0,16              | 0,16    | 28,00       | 115,00                        |
| Итого:               |                                                           | 300      | 6,47              | 3,80    | 68,92       | 337,67                        |
| Весь рацион питания: |                                                           | 1641     | 58,94             | 45,92   | 286,57      | 1780,15                       |

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

| БЖУ, гр |       |          | Витамины, мг |       |       |        |       | Минеральные вещества, мг |        |        |       |
|---------|-------|----------|--------------|-------|-------|--------|-------|--------------------------|--------|--------|-------|
| Белки   | Жиры  | Углеводы | B1           | B2    | C     | A      | E     | Ca                       | P      | Mg     | Fe    |
| 58,94   | 45,92 | 286,57   | 0,660        | 0,720 | 29,48 | 126,90 | 16,35 | 225,10                   | 521,90 | 158,15 | 10,64 |

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

Школа №27

## МЕНЮ

Возрастная категория: 12–18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель «Школа №27»

На 04.09.2025 (пятница)

| № 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                        |
| 279                  | Тефтели ( 2-й вариант) тушеные в соусе   | 110      | 7,46              | 8,29    | 9,44          | 142,00                        |
| 203                  | Рожки отварные с маслом                  | 185      | 7,08              | 5,13    | 43,13         | 247,19                        |
| 379                  | Кофейный напиток с молоком               | 200      | 1,45              | 1,25    | 17,37         | 86,85                         |
| Итого:               |                                          | 555      | 19,85             | 22,67   | 94,94         | 657,04                        |
| Обед                 |                                          |          |                   |         |               |                               |
| 82                   | Борщ со свежей капустой ,картофелем      | 250      | 1,69              | 4,54    | 11,33         | 93,10                         |
| 1                    | Сметана                                  | 10       | 0,25              | 2,00    | 0,35          | 20,50                         |
| 1                    | Зелень                                   | 1        | 0,00              | 0,00    | 0,00          | 0,50                          |
| 321                  | Плов из птицы (филе) с огурцом (сезонно) | 290      | 24,57             | 11,04   | 56,56         | 423,86                        |
| 376                  | Чай с сахаром                            | 210      | 0,20              | 0,00    | 13,60         | 39,90                         |
| 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:               |                                          | 881      | 34,63             | 18,73   | 139,56        | 857,41                        |
| Полдник              |                                          |          |                   |         |               |                               |
| 467                  | Пирожок печеный с картофелем             | 150      | 9,46              | 5,46    | 61,38         | 334,00                        |
| 342                  | Компот из свежих плодов - яблоки         | 200      | 0,16              | 0,16    | 28,00         | 115,00                        |
| Итого:               |                                          | 350      | 9,62              | 5,62    | 89,38         | 449,00                        |
| Весь рацион питания: |                                          | 1786     | 64,10             | 47,02   | 323,88        | 1963,45                       |

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

| БЖУ, гр |       |          | Витамины, мг |       |       |        |       | Минеральные вещества, мг |        |        |       |
|---------|-------|----------|--------------|-------|-------|--------|-------|--------------------------|--------|--------|-------|
| Белки   | Жиры  | Углеводы | B1           | B2    | C     | A      | E     | Ca                       | P      | Mg     | Fe    |
| 64,10   | 47,02 | 323,88   | 0,500        | 0,730 | 23,25 | 150,40 | 11,39 | 232,30                   | 517,41 | 148,54 | 10,05 |

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.