

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

Школа №27

МЕНЮ

Возрастная категория: 7–12 лет

Согласовано
Руководитель «Школа №27»
На 16.09.2026 (Среда)
г.о. Самара

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,03	63,00
174	Каша рисовая вязкая молочная с маслом	205	6,01	7,07	43,39	265,86
1	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,86	8,00	25,00	181,00
377	Чай с лимоном	217	0,12	0,02	15,20	62,00
Итого:		522	15,07	19,69	83,62	571,86
Обед						
103	Суп картофельный с вермишелью	200	2,16	2,08	15,13	87,89
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
139	Капуста тушеная с мясом *	250	15,88	24,48	11,36	329,39
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,59	0,08	28,81	119,70
1	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
1	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	16,45	80,47
Итого:		731	27,90	30,22	96,41	775,25
Полдник						
422	Булочка с маком	100	7,90	8,12	44,48	322,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,24	0,11	27,52	112,00
Итого:		300	8,14	8,23	72,00	434,00
Весь рацион питания:		1553	51,11	58,14	252,03	1781,11

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
51,11	58,14	252,03	1,880	0,780	165,78	218,24	4,00	479,38	714,36	272,84	26,72

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

МЕНЮ

Возрастная категория: 12–18 лет

СОГЛАСОВАНО
Руководитель «Школа №27»

На 29.09.2026 (Среда)

МБОУ
«Школа № 27»
Химический состав

№ 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
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,03	63,00
174	Каша рисовая вязкая молочная с маслом	255	7,48	8,79	53,97	330,70
377	Чай с лимоном	217	0,12	0,02	15,20	62,00
Итого:		572	16,54	21,41	94,20	636,70
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
139	Капуста тушеная с мясом *	280	17,79	27,42	12,72	368,92
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,59	0,08	28,81	119,70
1	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
1	Хлеб ржаной	50	2,80	0,56	23,50	114,96
Итого:		826	31,19	33,85	108,60	871,24
Полдник						
422	Булочка с маком	150	11,85	12,18	66,72	483,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,24	0,11	27,52	112,00
Итого:		350	12,09	12,29	94,24	595,00
Весь рацион питания:		1748	59,82	67,55	297,04	2102,94

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
59,82	67,55	297,04	2,540	0,870	179,76	237,31	4,51	539,92	808,68	306,22	28,04

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.