

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

Школа №27

МЕНЮ

Возрастная категория: 7–12 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель школы №27

На 09.2026 (Четверг)

МБОУ

«Школа №27»

г.о. Самара

химический состав

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
224	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущенным	170	21,21	11,95'	33,58	329,00
11	Сок фруктовый 125	125	0,63	0,13	12,60	56,00
376	Чай с сахаром	210	0,20	0,00	13,60	39,90
1	Хлеб пшеничный	30	2,20	0,90	15,00	74,93
Итого:		535	24,24	12,98	74,78	500
Обед						
67	Винегрет овощной (лук реп.)	60	0,84	6,02	4,37	75,06
88	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	206	1,66	5,16	7,61	91,85
325	Фрикадельки из филе куриного с соусом	110	11,60	3,37	8,78	125,00
199	Пюре из гороха с маслом	155	14,09	7,13	36,17	264,53
342	Компот ягодный	180	0,20	0,12	15,69	66,05
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:		796	34,15	22,59	113,67	821
Полдник						
422	Булочка ванильная	100	7,90	8,12	44,48	322,00
377	Чай с лимоном	217	4,51	1,14	7,71	42,28
Итого:		317	12,41	9,26	52,19	364
Весь рацион питания:		1648	70,80	44,83	240,64	1685

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
70,80	44,83	240,64	1,940	0,720	68,67	122,91	2,56	585,88	928,40	310,98	31,69

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
Директор школы №27

На 03.09.2026 (четверг)

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
11	Сок фруктовый 125	125	0,63	0,13	12,60	56,00
224	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущенным	200	24,95	14,06	39,51	387,06
376	Чай с сахаром	210	0,20	0,00	13,60	39,90
1	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
Итого:		585	29,58	14,59	90,31	601
Обед						
67	Винегрет овощной (лук реп.)	100	1,40	10,04	7,29	125,10
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,80	4,60	8,20	83,00
1	Сметана	5	0,12	1,00	0,18	10,25
1	Зелень	1	0,00	0,00	0,00	0,50
325	Фрикадельки из филе куриного с соусом	110	11,60	3,37	8,78	125,00
199	Пюре из гороха с маслом	185	16,82	8,51	43,17	315,73
342	Компот ягодный	180	0,20	0,12	15,69	66,05
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:		931	38,54	28,60	131,41	959
Полдник						
422	Булочка ванильная	150	11,85	12,18	66,72	483,00
377	Чай с лимоном	217	4,51	1,14	7,71	42,28
Итого:		367	16,36	13,32	74,43	525
Весь рацион питания:		1883	84,48	56,51	296,15	2085

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
84,48	56,51	296,15	2,620	0,850	63,71	141,29	0,14	665,87	1086,89	339,55	33,58

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

