

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №27

«Школа №27»  
г.о. Самара  
На 24.10.2025 (пятница)

| Наименование блюда                                                                                     | Выход  | Углеводы | Ккал |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                                                                                  |        |          |      |
| Фрукты свежие - яблоки (н)                                                                             | 65     | 6,37     | 31   |
| Каша вязкая молочная из пшенной крупы                                                                  | 200    | 54,30    | 352  |
| Яйца вареные                                                                                           | 40     | 0,03     | 63   |
| Кофейный напиток с молоком                                                                             | 200    | 17,37    | 87   |
| Хлеб пшеничный                                                                                         | 30     | 15,00    | 75   |
| <b>Итого:</b>                                                                                          |        | 93,07    | 608  |
| <b>Обед</b>                                                                                            |        |          |      |
| Суп картофельный с бобовыми                                                                            | 200    | 13,23    | 130  |
| Гуляш из говядины тушенной (тушенка)                                                                   | 50/50  | 100,00   | 110  |
| Каша пшеничная рассыпчатая                                                                             | 150/10 | 40,06    | 260  |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) | 200    | 14,10    | 58   |
| Хлеб пшеничный                                                                                         | 50     | 25,00    | 125  |
| Хлеб ржаной                                                                                            | 35     | 16,45    | 80   |
| <b>Итого:</b>                                                                                          |        | 208,84   | 763  |
| <b>Полдник</b>                                                                                         |        |          |      |
| Пирожок печеный с повидлом                                                                             | 100    | 55,56    | 267  |
| Компот ягодный                                                                                         | 200    | 17,43    | 73   |
| <b>Итого:</b>                                                                                          |        | 72,99    | 340  |
| <b>Весь рацион питания:</b>                                                                            |        | 374,90   | 1711 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          |       | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы |       | B1                      | B2   | C     | A      | E    |
| 49,03                               | 43,20  | 374,90   |       | 1,71                    | 1,89 | 49,65 | 220,80 | 1,45 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |       |                         |      |       |        |      |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe    |                         |      |       |        |      |
| 392,36                              | 830,03 | 207,95   | 15,86 |                         |      |       |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



| Наименование блюда                                                                                     | Выход | Углеводы | Ккал |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                                                                                  |       |          |      |
| Фрукты свежие - яблоки (н)                                                                             | 65    | 6,37     | 31   |
| Каша вязкая молочная из пшенной крупы                                                                  | 250   | 67,88    | 440  |
| Яйца вареные                                                                                           | 40    | 0,03     | 63   |
| Кофейный напиток с молоком                                                                             | 200   | 17,37    | 87   |
| Хлеб пшеничный                                                                                         | 30    | 15,00    | 75   |
| Итого:                                                                                                 |       | 106,64   | 696  |
| <b>Обед</b>                                                                                            |       |          |      |
| Суп картофельный с бобовыми                                                                            | 250   | 16,54    | 163  |
| Гуляш из говядины тушенной (тушенка)                                                                   | 50/50 | 100,00   | 110  |
| Каша пшеничная рассыпчатая                                                                             | 180   | 45,07    | 293  |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) | 200   | 14,10    | 58   |
| Хлеб пшеничный                                                                                         | 50    | 25,00    | 125  |
| Хлеб ржаной                                                                                            | 35    | 16,45    | 80   |
| Итого:                                                                                                 |       | 217,15   | 829  |
| <b>Полдник</b>                                                                                         |       |          |      |
| Пирожок печеный с повидлом                                                                             | 150   | 83,34    | 400  |
| Компот ягодный                                                                                         | 200   | 17,43    | 73   |
| Итого:                                                                                                 |       | 100,77   | 473  |
| Весь рацион питания:                                                                                   |       | 424,57   | 1998 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C     | A      | E    |
| 56,02                               | 49,19  | 424,57   | 1,81                    | 1,96 | 51,07 | 239,50 | 1,45 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 444,98                              | 924,34 | 232,13   | 17,46                   |      |       |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

