



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ "Школа № 5 г.о.Самара с 12 лет и старше 8 д
Меню дневного рациона на 25.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
280	Каша гречневая рассыпчатая с молоком.	ккал-274, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-36	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40	Батон пшеничный.	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
550	Итого за Завтрак	ккал-588, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-70	

Обед

100	Салат из свежих огурцов с яйцом	ккал-94, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-2	
15/250/ 1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
180	Рагу из овощей .	ккал-164, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-18	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
80	Хлеб пшеничный	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
986	Итого за Обед	ккал-1 077, Белки-41, Жиры-34, Углеводы-147	

Полдник

150	Булочка "Плетёнка".	ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
350	Итого за Полдник	ккал-573, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-83	

Итого за день ккал-2 238, Белки-73, Жиры-81, Углеводы-300

286-87

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.