



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с 7
до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.10.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4
105	Сосиска отварная с соусом томатным	ккал-145, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-3
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20
200/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
507	Итого за Завтрак	ккал-478, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-56

Обед

200/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью .	ккал-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18
100	Котлеты рыбные с соусом томатным..	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9
150	Рис отварной с маслом и кукурузой консервированной	ккал-176, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
741	Итого за Обед	ккал-745, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-120

Полдник

100	Булочка " Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33
300	Итого за Полдник	ккал-527, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-90

Полдник СВО

100	Булочка " Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57
200	Чай в сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
300	Итого за Полдник СВО	ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68

50-00

37-83

Зав. производством

ЕН

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Л
Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с
12 лет и старше

Меню дневного рациона на 07.10.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

7,5	Масло порционно .	ккал-50, Жиры-5
105	Сосиска отварная с соусом томатным	ккал-145, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-3
180	Картофельное пюре с маслом.	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24
200/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33

Итого за Завтрак ккал-581, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-71

97-00

Обед

250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23
100	Котлеты рыбные с соусом томатным..	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9
180	Рис отварной с маслом и кукурузой консервированной.	ккал-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19

Итого за Обед ккал-819, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-134

133-00

Полдник

150	Булочка "Плетёнка".	ккал-416, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-46
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

60-00

Итого за Полдник ккал-553, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-79

Полдник СВО

150	Булочка "Плетёнка".	ккал-416, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-46
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11

57-11

Итого за Полдник СВО ккал-461, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-57

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.