

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

ell



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



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

Завтрак

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
60	Яблоко свежее (нарезка)..	ккал-27, Углеводы-6	
500	Итого за Завтрак		90-00

Обед

10/200/	Суп картофельный с пшеном с рыбой с зеленью	ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
160	Пюре гороховое с томатом свежим.	ккал-217, Белки-15, Жиры-4, 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	
761	Итого за Обед		115-00

Полдник

100	Витушка с изюмом.	ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник		50-00

Полдник СВО

100	Рожок с повидлом	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник СВО		37-83

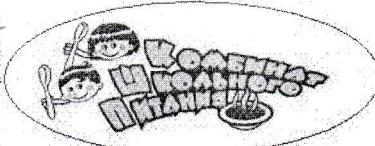
Зав. производством

ell

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

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 09.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Д.П. Г.Н. Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микрэлементы (мг)	Стоймость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

Завтрак

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27
у 100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10
550	Итого за Завтрак	ккал-620, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-84 97-00

Обед

10/250/	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20
1	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7
100	Пюре гороховое с томатом свежим	ккал-250, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-35
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
841	Итого за Обед	ккал-894, Белки-47, Жиры-21, Углеводы-130 133-00

Полдник

150	Витушика с изюмом.	ккал-475, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-82
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10

Итого за Полдник ккал-515, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-92 60-00

Полдник СВО

150	Рожок с повидлом.	ккал-500, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-87
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
350	Итого за Полдник СВО	ккал-545, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-98 57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шацкова Т.Ф.