

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 10.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШИ"

М.М.

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
200/10	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом	ккал-306, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-43
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
510	Итого за Завтрак	ккал-605, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-77

Обед

200/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7
100	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
746	Итого за Обед	ккал-773, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-118

Полдник

100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17

300	Итого за Полдник	ккал-382, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-63
-----	------------------	---

Полдник СВО

100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11

300	Итого за Полдник СВО	ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57
-----	----------------------	---

37-83

Зав. производством

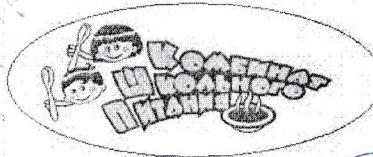
М.М.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.

М.М.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврикская

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

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
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
250/10	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом.	ккал-366, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-53
200/10	Чай с яблоками и сахаром .	ккал-49, Углеводы-12
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
560	Итого за Завтрак	ккал-665, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-88
		97,00

Subj p

250/5/1	<i>Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.</i>	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8
100	<i>Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом .</i>	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9
180	<i>Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным</i>	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-79, Углеводы-20
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
40	<i>Хлеб ржаной</i>	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19

ого за Обед

<u>Полдник</u>	
150	<i>Ватрушка с творогом.</i>
200	<i>Напиток из вишни..</i>

за Полдник к

Полдник СВО

Зав. производством

Макарова Е. Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.