

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 10.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПТ"



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

15	<b>Сыр порционно.</b>	ккал-52, Белки-4, Жиры-4
40	<b>Яйцо вареное</b>	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
200/5	<b>Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным</b>	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30
200	<b>Чай с молоком и сахаром</b>	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-505, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-65 <b>90-00</b>

Обед

200/5/1	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом</b>	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11
100	<b>Шницель "Деликатесный" с соусом томатным</b>	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10
180	<b>Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая</b>	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35
200	<b>Напиток клюквенный Школьный</b>	ккал-62, Углеводы-15
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
30	<b>Хлеб ржаной .</b>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
776	<b>Итого за Обед</b>	ккал-823, Белки-22, Жиры-29, Углеводы-118 <b>115-00</b>

Полдник

100	<b>Кекс "Домино"</b>	ккал-483, Белки-7, Жиры-25, Углеводы-59
200	<b>Чай со смородиной .</b>	ккал-39, Углеводы-10
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-523, Белки-7, Жиры-25, Углеводы-68 <b>50-00</b>

Полдник СВО

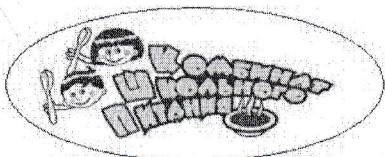
100	<b>Гребешок "Школьный"</b>	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61
200	<b>Чай с сахаром.</b>	ккал-45, Углеводы-11
300	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72 <b>37-83</b>

Зав. производством

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 10.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

*ЕЛЛ*



Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 5 г.о.Самара



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

Завтрак

15	<i>Сыр порционно.</i>	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
40	<i>Яйцо вареное</i>	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/5	<i>Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным.</i>	ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41	
200	<i>Чай с молоком и сахаром</i>	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-569, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-76	<b>97-00</b>

Обед

250/5/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.</i>	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	<i>Шницель "Деликатесный" с соусом томатным</i>	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	<i>Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая</i>	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	<i>Напиток клюквенный Школьный</i>	ккал-62, Углеводы-15	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40	<i>Хлеб ржаной</i>	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	<b>Итого за Обед</b>	ккал-854, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-123	<b>133-00</b>

Полдник

150	<i>Кекс "Домино"</i>	ккал-725, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-88	
200	<i>Чай со смородиной.</i>	ккал-39, Углеводы-10	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-764, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-98	<b>60-00</b>

Полдник СВО

150	<i>Гребешок "Школьный".</i>	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
350	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72	<b>57-11</b>

Зав. производством

*ЕЛЛ* Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Лю* Шапкова Т.Ф.