



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 11.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



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

220/30	<i>Оладьи со сгущенным молоком ,</i>	ккал-682, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
100	<i>Апельсин (нарезка)</i>	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8
550	Итого за Завтрак	ккал-765, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-126

Обед

250/1	<i>Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.</i>	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20
105	<i>Сосиска отварная со сметанным соусом</i>	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6
180	<i>Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.</i>	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20
200	<i>Напиток клюквенный Школьный</i>	ккал-62, Углеводы-15
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
60	<i>Ржаной хлеб</i>	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20

856	Итого за Обед	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114
-----	----------------------	---

Полдник

150	<i>Гребешок "Школьный".</i>	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33
350	Итого за Полдник	ккал-532, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-93

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	Итого за Полдник СВО	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шашкова Т.Ф.