



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"
Элия



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г.)	Наименование блюда	Стоймость питания (руб)
------------	--------------------	-------------------------

Завтрак

100	Биточки "Школьные" с соусом томатным .	ккал-155, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-9
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27
500	Итого за Завтрак	ккал-485, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-67 90-00

Обед

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью	ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6
250	Жаркое по-домашнему с мясом, свежий томат	ккал-392, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-25
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15
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-768, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-93 115-00

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 50-00

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

Элия Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Ната 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 14.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"
Т.Н.Авицкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мв)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

100	Биточки "Школьные" с соусом томатным .	ккал-155, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-9	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
550	Итого за Завтрак	ккал-538, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-74	97-00

Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
280	Жаркое по-домашнему с мясом, свежий томат,	ккал-414, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-27	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
851	Итого за Обед	ккал-863, Белки-21, Жиры-38, Углеводы-103	133-00

Полдник

150	Ватрушка с творогом .	ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
350	Итого за Полдник	ккал-457, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-66	60-00

Полдник СВО

150	Ватрушка с творогом .	ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49	
200	Чай , с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник СВО	ккал-430, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-60	57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шацкова Т.Ф.