

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПТ"

Лука

Т.Н.Аврикская

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Для документов

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

Завтрак

60	<i>Салат из моркови с сахаром.</i>	ккал-31, Белки-1, Углеводы-7
200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
500	Итого за Завтрак	ккал-577, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-75
		90-00

Обед

200/5/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом</i>	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11
100	<i>Шницель мясной с соусом томатным.</i>	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом и томатом свежим</i>	ккал-131, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19
200	<i>Напиток из плодов шиповника.</i>	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
50	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
736	Итого за Обед	ккал-747, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-105
		115-00

Полдник

100/10	<i>Оладьи со сгущённым молоком.</i>	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33
310	Итого за Полдник	ккал-420, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-76
		50-00

Полдник СВО

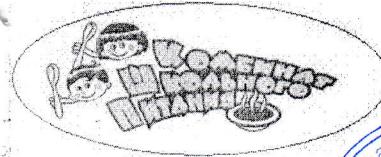
100/10	<i>Оладьи со сгущённым молоком.</i>	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
310	Итого за Полдник СВО	ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54
		37-83

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

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Л.Чер

ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ

Т.Н.Аврелькина

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

100	Салат из моркови с сахаром	ккал-52, Белки-1, Углеводы-12	
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	
550	Итого за Завтрак	ккал-628, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-85	97-00

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом и томатом свежим .	ккал-152, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-22	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	Итого за Обед	ккал-830, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-118	133-00

Полдник

130/20	Оладьи со сгущенным молоком .	ккал-374, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-59	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	Итого за Полдник	ккал-511, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-92	60-00

Полдник СВО

130/20	Оладьи со сгущенным молоком .	ккал-374, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-59	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник СВО	ккал-419, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-70	57-11

Зав. производством

Л.Чер

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.

Л.Чер