

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

*ЭМ*



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

60	Омлет натуральный .	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1
180/15/	Макаронные изделия отварные с сыром, 6 маслом сливочным	ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41
200/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
504,5	Итого за Завтрак	ккал-553, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-75 90-00

Обед

200/1	Суп картофельный с горохом с укропом.	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3
150	Рис отварной с маслом, свежий огурец	ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18
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-750, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-113 115-00

Полдник

100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
300	Итого за Полдник	ккал-424, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-77 50-00

Полдник СВО

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

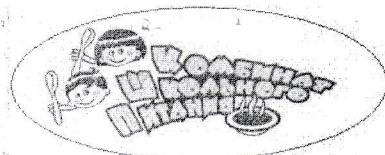
Зав. производством

*ЭМ*

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 17.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КИНП"

Т.Н. Аврискова

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

80	<b>Омлет натуральный с маслом сливочным ,</b>	ккал-125, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-2	
200/20/5	<b>Макаронные изделия отварные с сыром.</b>	ккал-328, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-47	
200/10	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	ккал-46, Углеводы-11	
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
555	<b>Итого за Завтрак</b>		97-00

Обед

250/1	<b>Суп картофельный с горохом и зеленью.</b>	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	<b>Рыба по-самарски тушеная с овощами</b>	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
180	<b>Рис отварной с маслом, свежий огурец.</b>	ккал-195, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33	
200	<b>Компот из сухофруктов.</b>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
831	<b>Итого за Обед</b>		133-00

Полдник

150	<b>Гребешок "Школьный".</b>	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200	<b>Напиток из апельсинов.</b>	ккал-67, Углеводы-17	
350	<b>Итого за Полдник</b>		60-00
<u>Полдник СВО</u>			
150	<b>Гребешок "Школьный".</b>	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200	<b>Чай с сахаром.</b>	ккал-45, Углеводы-11	
350	<b>Итого за Полдник СВО</b>		57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.