



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



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

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
200/5	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом	ккал-299, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
50	Яблоко (свежее)	ккал-22, Углеводы-5	
500	Итого за Завтрак	ккал-613, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-84	90-00

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200/1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне и укропом..	ккал-148, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
250	Плов из птицы..	ккал-429, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-976, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-148	115-00

Полдник

90	Пирог "Школьный".	ккал-432, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-64	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-478, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-75	50-00

Полдник СВО

100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	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 старше

Меню дневного рациона на 17.11.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аверкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

<u>Завтрак</u>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
250/5	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом.	ккал-333, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-53	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
50	Яблоко (свежее)	ккал-22, Углеводы-5	
550	Итого за Завтрак	ккал-647, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-95	97-00

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9
250/1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне и укропом	ккал-185, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-23
280	Плов из птицы.	ккал-474, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-62
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20
951	Итого за Обед	ккал-1 154, Белки-34, Жиры-35, Углеводы-170

Полдник

140	Пирог "Школьный".	ккал-573, Белки-6, Жиры-28, Углеводы-74
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11
350	Итого за Полдник	ккал-619, Белки-6, Жиры-28, Углеводы-86

Полдник СВО

150	Плюшка "Московская".	ккал-391, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-54
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
350	Итого за Полдник СВО	ккал-436, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шапкова Т.Ф.



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

ell Т.И. Аврикина

ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с
12 лет старше

Меню дневного рациона на 17.11.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--------------	-------------------------

Завтрак

20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5
200	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара	ккал-204, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-28
200	Чай без сахара.	ккал-1
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
50	Яблоки свежие	ккал-22, Углеводы-5
510	Итого за Завтрак	ккал-417, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-55 97-00

Зав. производством

ell Макарова Е.Е.

Бухгалтер

ell калькулятор

Шацкова Т.Ф.