

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.09.2025

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

60	Салат из моркови с сахаром.	ккал-31, Белки-1, Углеводы-7
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
40	Хлеб пшеничный.	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	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10
150	Каша гречневая вязкая с маслом и томатом свежим	ккал-131, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
736	Итого за Обед	ккал-747, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-105 115-00

Полдник

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

Полдник СВО

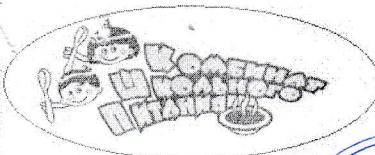
100/10	Оладьи со сгущённым молоком.	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
310	Итого за Полдник СВО	ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54 37-83

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

Меню дневного рациона на 18.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

*МУ*



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	<i>Салат из моркови с сахаром</i>	ккал-52, Белки-1, Углеводы-12
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
50	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-628, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-85 <b>97-00</b>

Обед

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

Полдник

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

Полдник СВО

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

Зав. производством

*МУ*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.