



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 26.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПП"

Л.Н. Аврикский

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

100	<i>Мясо тушеное с соусом.</i>	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным</i>	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33
200/7	<i>Чай с яблоками и сахаром</i>	ккал-48, Углеводы-12
45	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-136, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25
502	Итого за Завтрак	ккал-620, Белки-19, Жиры-29, Углеводы-72 90-00

Обед

200/1	<i>Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью</i>	ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6
100	<i>Биточки "Школьные" с соусом томатным.</i>	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9
165	<i>Каша гречневая вязкая с маслом, огурец консервированный.</i>	ккал-141, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21
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
30	<i>Хлеб рожаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
756	Итого за Обед	ккал-718, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-107 115-00

Полдник

100	<i>Плюшка "Московская"</i>	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60
200	<i>Какао напиток с молоком.</i>	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21
300	Итого за Полдник	ккал-492, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-81 50-00

Полдник СВО

100	<i>Плюшка "Московская"</i>	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
300	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71 37-83

Зав. производством

Л.Н. Аврикский

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 26.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПД" Т.Н. Авриккина

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	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3
200	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	ккал-265, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12
45	Хлеб пшеничный	ккал-136, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25
552	Итого за Завтрак	ккал-698, Белки-21, Жиры-31, Углеводы-85 97-00

Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9
180	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец консервированный	ккал-158, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26
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
821	Итого за Обед	ккал-751, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-114 133-00

Полдник

150	Плюшка "Московская".	ккал-391, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-54
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21
350	Итого за Полдник	ккал-525, Белки-15, Жиры-19, Углеводы-74 60-00

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 57-11

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 26.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Авриккина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоймость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

Завтрак

100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3
200	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	ккал-265, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46
200/7	Чай с яблоками без сахара	ккал-4, Углеводы-1
45	Хлеб пшеничный	ккал-136, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25
552	Итого за Завтрак	ккал-654, Белки-21, Жиры-31, Углеводы-74
		97-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.

аллыш