



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Для

документов

Т.Н.Аверкина

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

5	<i>Масло порционно.</i>	ккал-33, Жиры-4
105	<i>Сосиска отварная с соусом томатным</i>	ккал-145, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-3
150	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20
200/3,5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22

503,5 Итого за Завтрак ккал-478, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-56

90-00

Обед

200/1	<i>Суп картофельный с клёцками и зеленью .</i>	ккал-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18
100	<i>Котлеты рыбные с соусом томатным..</i>	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9
150	<i>Рис отварной с маслом, кукуруза консервированная</i>	ккал-176, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

741 Итого за Обед ккал-745, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-120

115-00

Полдник

100	<i>Булочка " Плетёнка "</i>	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

300 Итого за Полдник ккал-527, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-90

50-00

Полдник СВО

100	<i>Булочка " Плетёнка "</i>	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11

300 Итого за Полдник СВО ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68

37-83

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.