



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 "Успех" г.о.Самара



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 "Успех" г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 15.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

М.А.



Т.Н.Аврискина

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

220/30	Оладьи со сгущенным молоком ,	ккал-682, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
100	Апельсин	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
550	Итого за Завтрак	ккал-765, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-126	97-00

Обед

250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	Итого за Обед	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114	133-00

Зав. производством

М.А.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

М.А.

Шанкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 "Успех" г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше
Меню дневного рациона на 15.11.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
220/30	Оладьи со сгущенным молоком,	ккал-682, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
100	Апельсин	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
550	Итого за Завтрак	ккал-765, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-126	97-00
Обед			
250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	Итого за Обед	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114	133-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапкова Т.Ф.