

ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 10 Успех г. Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 20.10.2025

Согласовано:
Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Директор ООО "КШП" Т.Н. Азрикина

Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак		
15 Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
40 Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/5 Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41	
200 Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40 Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
550 Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-76	97-00
Обед		
250/5/1 Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100 Шницель "Деликатесный" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180 Вермишель отварная с маслом сливочным и икрой кабачковой	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200 Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60 Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40 Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836 Итого за Обед	ккал-854, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-123	133-00
Обед №2		
10/250/1 Суп картофельный с пишеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100 Филе куриное тушёное с томатным соусом	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
180 Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
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	
831 Итого за Обед №2	ккал-839, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-118	133-00
Полдник		
150 Кеке "Домино",	ккал-625, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-63	
200 Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
350 Итого за Полдник	ккал-664, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-73	60-00
Полдник СВО		
150 Гребешок "Школьный".	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200 Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350 Итого за Полдник СВО	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72	51-39

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КОШКА"

ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 10 Успех г.Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 20.10.2025

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			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
500	Итого за Завтрак	ккал-505, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-65	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 "Деликатесный" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным и икрой кабачковой	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
776	Итого за Обед	ккал-823, Белки-22, Жиры-29, Углеводы-118	115-00
Полдник			
100	Кекс "Домино"	ккал-483, Белки-7, Жиры-25, Углеводы-59	
200	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-523, Белки-7, Жиры-25, Углеводы-68	50-00
Полдник СВО			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник СВО	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	34-04

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.