



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 Успех г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 26.09.2025

Утверждено:

Генеральный директор ООО "Кадет"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Выход (г)	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--	-------------------------

Завтрак

10 Масло порционное	ккал-66, Жиры-7	
40 Ябло вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/10 Каша пшеничная вязкая молочная с маслом.	ккал-366, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-53	
200/10 Чай с мятоками и сахаром.	ккал-19, Углеводы-12	
40 Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
560 Итого за Завтрак	ккал-665, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-88	97-00

Обед

250/5/1 Суп овощной со сметаной и зеленым укропом.	ккал-87, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-10	
100 Компоты фруктовое из цыплят с мякотным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
180 Каша перловая рассыпчатая, соусец свежий.	ккал-183, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-31	
200 Канон из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
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-739, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-122	133-00

Обед №2

250/1 Суп картофельный с мякотками и зеленым укропом	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
280 Аду с мясом	ккал-413, Белки-9, Жиры-31, Углеводы-25	
200 Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
60 Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30 Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821 Итого за Обед №2	ккал-873, Белки-21, Жиры-38, Углеводы-111	133-00

Полдник

150 Ватрушка с творогом.	ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49	
200 Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-99, Углеводы-25	
350 Итого за Полдник	ккал-484, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-73	60-00

Полдник СВО

150 Ватрушка с творогом.	ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49	
200 Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350 Итого за Полдник СВО	ккал-430, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-60	51-39

Зам. производителя

Маморова Е.Е.

Бухгалтер -
Калашников Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 10 Усех г. Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 26.09.2025

Согласовано:
Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Утверждено:
Генеральный директор ООО "КШП"

Исполнитель

Выход (г)	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	---	-------------------------

Завтрак

10	Молоко порционное	ккал-66, Жиры-7	
40	Ябло пареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каши питательная вязкая молочная с маслом	ккал-306, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-43	
200/10	Чай с мятой и сахаром	ккал-49, Углеводы-12	
40	Хлеб пшеничный	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
510	Итого за Завтрак	ккал-605, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-77	90-00

Обед

200/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа	ккал-106, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	
100	Конфеты рубленые из цыплят с мажирным соусом	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
180	Каши перловая рассыпчатая, овощи свежие	ккал-183, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-31	
200	Компот из сухофруктов	ккал-79, Углеводы-20	
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-756, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-118	115-00

Полдник

100	Ватрушка с творогом	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-99, Углеводы-23	
300	Итого за Полдник	ккал-409, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-70	50-00

Поздний СВО

100	Ватрушка с творогом	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Чай с сахаром	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Поздний СВО	ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57	34-04

Зам. производителя

Майорова Е.Е.

Бухгалтер
Майорова Е.Е.

Бухгалтер
Бронюшина Е.Н.