

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 85 г.о.Самара 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 27.03.2026

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 85 г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Андрикина

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|-----------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|

Завтрак

|       |                                                      |                                           |       |
|-------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|
| 5     | Масло порционно.                                     | ккал-33, Жиры-4                           |       |
| 10    | Сыр порционно                                        | ккал-34, Белки-3, Жиры-3                  |       |
| 200/5 | Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным | ккал-259, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37    |       |
| 200   | Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)                  | ккал-112, Углеводы-28                     |       |
| 35    | Хлеб пшеничный ..                                    | ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19    |       |
| 45    | Печенье "К кофе"                                     | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35    |       |
| 500   | Итого за Завтрак                                     | ккал-769, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-118 | 85-00 |

Обед

|       |                                                |                                           |        |
|-------|------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 200/1 | Суп картофельный с рисом и зеленью укропа.     | ккал-105, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18    |        |
| 100   | Ёжики мясные с томатным соусом.                | ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10   |        |
| 150   | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33    |        |
| 200   | Напиток из лимонов.                            | ккал-98, Углеводы-24                      |        |
| 60    | Хлеб пшеничный                                 | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 30    | Хлеб ржаной .                                  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 741   | Итого за Обед                                  | ккал-787, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-131 | 114-91 |

Полдник

|        |                                                      |                                          |       |
|--------|------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 100/10 | Запеканка из творога с морковью, с молоком сгущённым | ккал-269, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-29 |       |
| 200    | Чай с сахаром.                                       | ккал-45, Углеводы-11                     |       |
| 310    | Итого за Полдник                                     | ккал-314, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-40 | 39-46 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 85 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 27.03.2026

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 85 г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|-----------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|

Завтрак

|       |                                                       |                                           |       |
|-------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|
| 5     | Масло порционно.                                      | ккал-33, Жиры-4                           |       |
| 10    | Сыр порционно                                         | ккал-34, Белки-3, Жиры-3                  |       |
| 250/5 | Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным. | ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46  |       |
| 200   | Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)                   | ккал-112, Углеводы-28                     |       |
| 35    | Хлеб пшеничный ..                                     | ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19    |       |
| 45    | Печенье "К кофе"                                      | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35    |       |
| 550   | Итого за Завтрак                                      | ккал-826, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-127 | 95-46 |

Обед

|       |                                                |                                           |        |
|-------|------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 250/1 | Суп картофельный с рисом и зеленью укропа      | ккал-125, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21    |        |
| 100   | Ёжики мясные с томатным соусом.                | ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10   |        |
| 180   | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39    |        |
| 200   | Напиток из лимонов.                            | ккал-98, Углеводы-24                      |        |
| 60    | Хлеб пшеничный                                 | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 60    | Ржаной хлеб                                    | ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20    |        |
| 851   | Итого за Обед                                  | ккал-903, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-147 | 133-65 |

Обед №2

|         |                                                       |                                           |        |
|---------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 250/5/1 | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10     |        |
| 280     | Жаркое по-домашнему из цыплят, зелёный горошек.       | ккал-302, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-27  |        |
| 200     | Напиток из апельсинов.                                | ккал-67, Углеводы-17                      |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                        | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 30      | Хлеб ржаной .                                         | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 826     | Итого за Обед №2                                      | ккал-713, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-101 | 133-65 |

Полдник

|        |                                                        |                                          |       |
|--------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 150/10 | Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком.. | ккал-387, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-41 |       |
| 200    | Чай с сахаром.                                         | ккал-45, Углеводы-11                     |       |
| 360    | Итого за Полдник                                       | ккал-432, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-52 | 59-57 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.