



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 21.05.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Авришкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Будникова О.В.

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

Завтрак

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким..	ккал-333, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-40	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
60	Яблоко свежее ..	ккал-27, Углеводы-6	
500	Итого за Завтрак	ккал-534, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-76	85-00

Обед

200/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
165	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий .	ккал-147, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
751	Итого за Обед	ккал-797, Белки-24, Жиры-32, Углеводы-103	114-91

Полдник

100/10	Оладьи со сгущённым молоком.	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
310	Итого за Полдник	ккал-420, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-76	39-46

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 85 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 21.05.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким..	ккал-333, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-40	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
100	Яблоко свежее .	ккал-44, Углеводы-10	
550	Итого за Завтрак	ккал-584, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-85	95-46

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий.	ккал-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	Итого за Обед	ккал-839, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-114	133-65

Обед №2

250/1	Суп картофельный с пшеном и укропом.	ккал-110, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-20	
100	Филе куриное тушёное с томатным соусом	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным..	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
831	Итого за Обед №2	ккал-864, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-122	133-65

Полдник

130/20	Оладьи со сгущенным молоком .	ккал-374, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-59	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	Итого за Полдник	ккал-511, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-92	59-57

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.