



## ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 11.09.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

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

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

Завтрак

|        |                                 |                                          |       |
|--------|---------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 5      | Масло порционно.                | ккал-33, Жиры-4                          |       |
| 250    | Плов из птицы со свежим огурцом | ккал-388, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-50 |       |
| 200/10 | Чай с яблоками и сахаром.       | ккал-49, Углеводы-12                     |       |
| 35     | Хлеб пшеничный ..               | ккал-114, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17   |       |
| 500    | Итого за Завтрак                | ккал-584, Белки-18, Жиры-22, Углеводы-79 | 85-00 |

Обед

|         |                                                                |                                           |        |
|---------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 200/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.                        | ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7     |        |
| 100     | Шницель мясной с соусом томатным.                              | ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12   |        |
| 150     | Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, зелёный горошек. | ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28    |        |
| 200     | Напиток из сухофруктов.                                        | ккал-53, Углеводы-13                      |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                                 | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29    |        |
| 30      | Хлеб ржаной .                                                  | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13     |        |
| 746     | Итого за Обед                                                  | ккал-897, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-102 | 114-91 |

Полдник

|     |                      |                                         |       |
|-----|----------------------|-----------------------------------------|-------|
| 100 | Ватрушка с творогом. | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46 |       |
| 200 | Чай с сахаром.       | ккал-45, Углеводы-11                    |       |
| 300 | Итого за Полдник     | ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57 | 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 11.09.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

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                          |              |
| 280    | Плов из птицы, огурцы свежие. | ккал-430, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-57 |              |
| 200/10 | Чай с яблоками и сахаром.     | ккал-49, Углеводы-12                     |              |
| 60     | Хлеб пшеничный                | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29   |              |
| 555    | <b>Итого за Завтрак</b>       | ккал-707, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-99 | <b>95-46</b> |

Обед

|         |                                                                |                                           |               |
|---------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------|
| 250/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.                        | ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8     |               |
| 100     | Шницель мясной с соусом томатным.                              | ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12   |               |
| 180     | Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, зеленый горошек. | ккал-192, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33    |               |
| 200     | Напиток из сухофруктов.                                        | ккал-53, Углеводы-13                      |               |
| 60      | Хлеб пшеничный                                                 | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29    |               |
| 30      | Хлеб ржаной.                                                   | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13     |               |
| 826     | <b>Итого за Обед</b>                                           | ккал-947, Белки-29, Жиры-44, Углеводы-108 | <b>133-65</b> |

Обед №2

|       |                                              |                                           |               |
|-------|----------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------|
| 250/1 | Суп картофельный с клецками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23    |               |
| 280   | Азу с мясом                                  | ккал-413, Белки-9, Жиры-31, Углеводы-25   |               |
| 200   | Компот из изюма..                            | ккал-77, Углеводы-19                      |               |
| 50    | Хлеб пшеничный.                              | ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25    |               |
| 30    | Хлеб ржаной.                                 | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13     |               |
| 811   | <b>Итого за Обед №2</b>                      | ккал-886, Белки-24, Жиры-42, Углеводы-104 | <b>133-65</b> |

Полдник

|     |                         |                                          |              |
|-----|-------------------------|------------------------------------------|--------------|
| 150 | Ватрушка с творогом.    | ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49 |              |
| 200 | Чай с сахаром.          | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 350 | <b>Итого за Полдник</b> | ккал-430, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-60 | <b>59-57</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Брюнчугина Е.Н.