

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 49 г.о. Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 20.09.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
250	Плов с мясом и огурцом свежим	ккал-423, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
500	Итого за Завтрак	ккал-619, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-86	90-00
Обед			
200/1	Суп картофельный с горохом с укропом.	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	
100	"Колбаски" куриные с соусом.	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11	
165	Картофельное пюре с маслом и томатом свежим.	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	
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	
756	Итого за Обед	ккал-705, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-109	115-00
Полдник			
100	Ватрушка с повидлом.	ккал-319, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-65	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-435, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-74	50-00
Полдник СВО			
100	Ватрушка с повидлом.	ккал-319, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-65	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник СВО	ккал-364, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-76	37-83

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 49 г.о. Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 20.09.2025

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

290	Плов с мясом и огурцом свежим,	ккал-469, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-55	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
550	Итого за Завтрак	ккал-695, Белки-17, Жиры-26, Углеводы-98	97-00

Обед

250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	"Колбаски" куриные с соусом.	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11	
180	Картофельное пюре с маслом и томатом свежим.	ккал-120, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Хлеб ржаной	ккал-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	
851	Итого за Обед	ккал-785, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-124	133-00

Полдник

150	Ватрушка с повидлом...	ккал-377, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-72	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	Итого за Полдник	ккал-493, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-81	60-00

Полдник СВО

150	Ватрушка с повидлом...	ккал-377, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-72	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник СВО	ккал-421, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-83	57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 49 г.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 22.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Н. Аврискина

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	37-83

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 49 г. Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 22.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

И.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			
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
Полдник			
150	Кекс "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	57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.