



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 13.02.2026

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)
<b>Завтрак</b>			
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 "Нежное"	ккал-227, Белки-3, Жиры-15, Углеводы-21	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-772, Белки-17, Жиры-32, Углеводы-105	<b>85-00</b>
<b>Обед</b>			
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	<b>Итого за Обед</b>	ккал-787, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-131	<b>114-91</b>
<b>Полдник</b>			
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	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-314, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-40	<b>39-46</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 49 г.о.Самара с 12 лет и старше  
 Меню дневного рациона на 13.02.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Е.Н. Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
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 "Нежное"	ккал-227, Белки-3, Жиры-15, Углеводы-21	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-828, Белки-19, Жиры-33, Углеводы-114	<b>95-46</b>
<b><u>Обед</u></b>			
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	<b>Итого за Обед</b>	ккал-903, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-147	<b>133-65</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
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	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-432, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-52	<b>59-57</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.