



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 06.02.2026

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.)
-----------	--------------------	--	--------------------------------

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-386, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12	
35	Хлеб пшеничный ..	ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19	
500	Итого за Завтрак	ккал-575, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-81	85-00

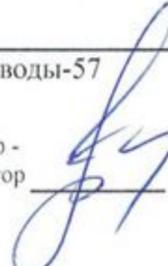
Обед

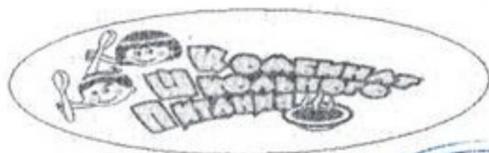
200/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
746	Итого за Обед	ккал-841, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-119	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 № 49 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 06.02.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
280	Плов из птицы, огурцы консервированные.	ккал-438, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-57	
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
555	Итого за Завтрак	ккал-702, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-102	95-46

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-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
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-944, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-135	133-65

Полдник

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

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 07.02.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

[Signature]



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

80	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом	ккал-126, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Апельсин	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
550	Итого за Завтрак	ккал-509, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-79	95-46

Обед

250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
100	Сосиска отварная с соусом томатным	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
180	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
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-792, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-111	133-65

Полдник

150	Гребешок "Школьный".	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
357	Итого за Полдник	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72	59-57

Зав. производством *[Signature]* Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор *[Signature]* Брюнчугина Е.Н.