



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 49 г.о.Самара с 7 до 11 лет  
Меню дневного рациона на 01.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.И. Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

|         |                                      |                                          |  |
|---------|--------------------------------------|------------------------------------------|--|
| 10      | Масло порционно                      | ккал-66, Жиры-7                          |  |
| 180/15/ | Макаронные изделия отварные с сыром, | ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42  |  |
| 5       | маслом сливочным                     |                                          |  |
| 200     | Какао напиток с молоком.             | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21   |  |
| 30      | Батон пшеничный                      | ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3    |  |
| 60      | Яблоко свежее.                       | ккал-27, Углеводы-6                      |  |
| 500     | Итого за Завтрак                     | ккал-618, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-72 |  |

Обед

|         |                                     |                                           |  |
|---------|-------------------------------------|-------------------------------------------|--|
| 12,5/25 | Суп картофельный с рисом, цыплятами | ккал-135, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21    |  |
| 0/1     | и укропом.                          |                                           |  |
| 100     | Котлеты рубленые из цыплят с        | ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9     |  |
|         | томатным соусом.                    |                                           |  |
| 150     | Картофельное пюре с маслом, огурец  | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13    |  |
|         | свежий                              |                                           |  |
| 200     | Напиток из плодов шиповника.        | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |  |
| 60      | Хлеб пшеничный                      | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29    |  |
| 30      | Хлеб ржаной.                        | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13     |  |
| 803,5   | Итого за Обед                       | ккал-760, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-109 |  |

Полдник

|     |                    |                                        |  |
|-----|--------------------|----------------------------------------|--|
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 |  |
| 200 | Чай с сахаром.     | ккал-45, Углеводы-11                   |  |
| 300 | Итого за Полдник   | ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72 |  |

Итого за день ккал-1 715, Белки-56, Жиры-46, Углеводы-253

256-41

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.