



## ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 36 корпус 1 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 01.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36/1 г.о.Самара

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

Завтрак

|        |                                          |                                          |       |
|--------|------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 20     | Сыр порционн.                            | ккал-69, Белки-5, Жиры-5                 |       |
| 250/5  | Каша пшеничная вязкая молочная с маслом. | ккал-333, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-53  |       |
| 200/10 | Чай с яблоками и сахаром.                | ккал-49, Углеводы-12                     |       |
| 30     | Хлеб пшеничный..                         | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16    |       |
| 515    | Итого за Завтрак                         | ккал-542, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82 | 90-00 |

Обед

|       |                                           |                                           |        |
|-------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 60    | Салат из белокочанной капусты с морковью  | ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5      |        |
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью и укропом.. | ккал-102, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18    |        |
| 260   | Плов с мясом.                             | ккал-466, Белки-10, Жиры-23, Углеводы-54  |        |
| 200   | Напиток из плодов шиповника.              | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |        |
| 60    | Хлеб пшеничный                            | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 30    | Хлеб ржаной.                              | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 811   | Итого за Обед                             | ккал-968, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-148 | 115-00 |

Полдник

|        |                         |                                         |       |
|--------|-------------------------|-----------------------------------------|-------|
| 90     | Пирог "Школьный".       | ккал-432, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-64 |       |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном | ккал-46, Углеводы-11                    |       |
| 300    | Итого за Полдник        | ккал-478, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-75 | 50-00 |

Полдник СВО

|     |                      |                                         |       |
|-----|----------------------|-----------------------------------------|-------|
| 100 | Плюшка "Московская"  | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60 |       |
| 200 | Чай с сахаром.       | ккал-45, Углеводы-11                    |       |
| 300 | Итого за Полдник СВО | ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71 | 34-04 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.