



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 36 корпус 2 г.о.Самара для возрастной  
категории с 12 лет и старше  
Меню дневного рациона на 19.10.2026

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36 корпус 2 г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

*М.А. Шенникова*

| Выход (г)      | Наименование блюда                                        | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                           |                                                                                |                               |
| 10             | Сыр порционно                                             | ккал-34, Белки-3, Жиры-3                                                       |                               |
| 40             | Яйцо вареное                                              | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                                                       |                               |
| 250/5          | Каша пшённная вязкая молочная с<br>тыквой, с маслом.      | ккал-335, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-54                                        |                               |
| 200            | Чай с молоком и сахаром                                   | ккал-70, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13                                          |                               |
| 45             | Хлеб пшеничный                                            | ккал-146, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22                                         |                               |
| 550            | <b>Итого за Завтрак</b>                                   | ккал-648, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-89                                       | <b>95-46</b>                  |
| <b>Обед</b>    |                                                           |                                                                                |                               |
| 250/5/1        | Борщ с капустой и картофелем со<br>сметаной и укропом.    | ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11                                         |                               |
| 100            | Шницель "Деликатесный" с соусом<br>томатным               | ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10                                        |                               |
| 180            | Вермишель отварная с маслом<br>сливочным, икра кабачковая | ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35                                         |                               |
| 200            | Напиток клюквенный Школьный                               | ккал-62, Углеводы-15                                                           |                               |
| 60             | Хлеб пшеничный                                            | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29                                         |                               |
| 40             | Хлеб ржаной                                               | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19                                                  |                               |
| 836            | <b>Итого за Обед</b>                                      | ккал-868, Белки-25, Жиры-32, Углеводы-120                                      | <b>133-65</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Заведеева О.А.