



## ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.10.2026



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36 корпус 1 г.о.Самара

| Выход (г)             | Наименование блюда                                             | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |                                                                |                                                                                |                               |
| 100                   | Котлеты рубленные из цыплят с томатным соусом .                | ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9                                          |                               |
| 150                   | Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный. | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                         |                               |
| 200                   | Чай со смородиной                                              | ккал-37, Углеводы-9                                                            |                               |
| 60                    | Хлеб пшеничный                                                 | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29                                         |                               |
| 510                   | <b>Итого за Завтрак</b>                                        | ккал-472, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-60                                       | <b>85-00</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>    |                                                                |                                                                                |                               |
| 200/5/1               | Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.                | ккал-116, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16                                         |                               |
| 100                   | Сосиска отварная с соусом                                      | ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3                                         |                               |
| 150                   | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным                 | ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33                                         |                               |
| 200                   | Напиток из лимонов.                                            | ккал-98, Углеводы-24                                                           |                               |
| 40                    | Хлеб пшеничный.                                                | ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20                                         |                               |
| 30                    | Хлеб ржаной .                                                  | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13                                          |                               |
| 726                   | <b>Итого за Обед</b>                                           | ккал-757, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-109                                      | <b>114-91</b>                 |
| <b><u>Полдник</u></b> |                                                                |                                                                                |                               |
| 100                   | Пудинг из творога с повидлом (запечённый)                      | ккал-257, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-32                                        |                               |
| 200                   | Чай с сахаром.                                                 | ккал-42, Углеводы-10                                                           |                               |
| 300                   | <b>Итого за Полдник</b>                                        | ккал-299, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-43                                        | <b>39-46</b>                  |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Заведеева О.А.