



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 02.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 65 г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

80	Сосиска отварная с соусом..	ккал-124, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-2	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-469, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-57	

Обед

10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со 5/1 сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
250	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
806	Итого за Обед	ккал-947, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-133	

Полдник

100	Рожок с повидлом	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-400, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-75	

Итого за день ккал-1 817, Белки-51, Жиры-62, Углеводы-264 296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 02.06.2026

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			
100	Сосиска отварная с соусом	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
50	Батон пшеничный ..	ккал-173, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-25	
550	Итого за Завтрак	ккал-541, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-65	
Обед			
10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1			
280	Плов с мясом, помидор свежий	ккал-343, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-55	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
886	Итого за Обед	ккал-1 020, Белки-35, Жиры-40, Углеводы-163	
Полдник			
150	Рожок с повидлом.	ккал-500, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-87	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
350	Итого за Полдник	ккал-567, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-104	
Итого за день		ккал-2 128, Белки-64, Жиры-75, Углеводы-332	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 02.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 65

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	Сосиска отварная с соусом	ккал-124, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-2	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-469, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-57	
Обед			
10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1			
250	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
806	Итого за Обед	ккал-947, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-133	
	Итого за день	ккал-1 417, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-189	244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 02.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 65 г.о.Самара

Т.Н. Аврискина

МБОУ
Школа № 65
г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	Энерг. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Сосиска отварная с соусом	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
50	Батон пшеничный ..	ккал-173, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-25	
550	Итого за Завтрак	ккал-541, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-65	
Обед			
10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
280	Плов с мясом, помидор свежий	ккал-343, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-55	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
886	Итого за Обед	ккал-1 020, Белки-35, Жиры-40, Углеводы-163	
	Итого за день	ккал-1 561, Белки-53, Жиры-62, Углеводы-228	244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 120 корпус 2 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 02.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 65

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

Завтрак

80	Сосиска отварная с соусом..	ккал-124, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-2	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-469, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-57	

Обед

10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
250	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
60	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Итого за Обед	ккал-947, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-133	

Итого за день ккал-1 417, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-189

244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.