

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 65 г.о.Самара

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

Завтрак

60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1
180/15/5	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20
505	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-75

Обед

250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью..	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9
150	Рис отварной с маслом, томат свежий.	ккал-151, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-24
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13
796	Итого за Обед	ккал-791, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-99

Итого за день ккал-1 360, Белки-52, Жиры-51, Углеводы-174

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 09.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 65

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	Омлет натуральный с маслом сливочным,	ккал-125, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-2	
180/15/5	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
60	Батон пшеничный.	ккал-208, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30	
550	Итого за Завтрак	ккал-668, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-85	
Обед			
250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью..	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9	
180	Рис отварной с маслом, томат свежий	ккал-175, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
876	Итого за Обед	ккал-970, Белки-37, Жиры-36, Углеводы-126	
Итого за день		ккал-1 638, Белки-64, Жиры-60, Углеводы-211	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 7 до 11 лет

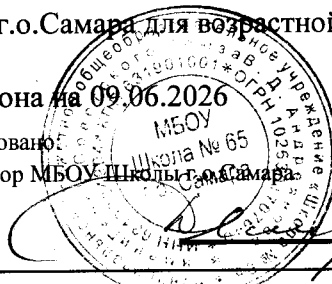
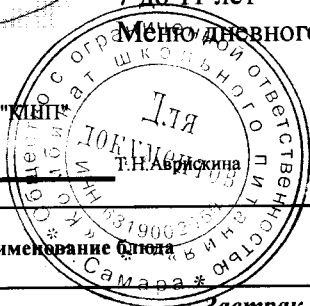
Меню дневного рациона на 09.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 65



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

Завтрак

60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
180/15/5	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42	
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
505	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-75	

Обед

250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью..	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9	
150	Рис отварной с маслом, томат свежий.	ккал-151, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-24	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
796	Итого за Обед	ккал-791, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-99	

Полдник

50	Плюшка "Московская"	ккал-179, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
50	Яблоко свежее ..	ккал-22, Углеводы-5	
300	Итого за Полдник	ккал-268, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-52	

Итого за день ккал-1 627, Белки-56, Жиры-56, Углеводы-226 296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.