



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.06.2026

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			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-621, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-87	
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/25 0/10/1	Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
873,5	Итого за Обед	ккал-940, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-119	
Итого за день		ккал-1 561, Белки-49, Жиры-60, Углеводы-206	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 17.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 65

Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-621, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-87	

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/25 0/10/1	Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
873,5	Итого за Обед	ккал-940, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-119	

Полдник

100	Рожок с повидлом.	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-373, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-68	

Итого за день ккал-1 934, Белки-56, Жиры-68, Углеводы-274 296-28

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 17.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 65 г.о.Самара

Т.Н. Аврискина

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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-621, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-87	

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/25 0/10/1	Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
873,5	Итого за Обед	ккал-940, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-119	

Полдник

100	Рожок с повидлом.	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-373, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-68	

Итого за день ккал-1 934, Белки-56, Жиры-68, Углеводы-274

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 17.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 65 г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
250/10	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным..	ккал-348, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
80	Батон пшеничный..	ккал-278, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-40	
530	Итого за Завтрак	ккал-826, Белки-25, Жиры-33, Углеводы-107	
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью .	ккал-86, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9	
12,5/25	Рассольник Ленинградский с		
0/10/1	цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
993,5	Итого за Обед	ккал-1 157, Белки-38, Жиры-45, Углеводы-149	
Итого за день		ккал-1 983, Белки-63, Жиры-78, Углеводы-257	244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.