



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара

Министерство образования Самарской области

Согласовано: Директор МБОУ Школа № 65 г.о.Самара

Утверждаю: Генеральный директор ООО "КШП"



| Выход (г) | Наименование блюда | Код | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--|--|-------------------------|
| 100 | Винегрет овощной | ккэл-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7 | 40-00 |
| 100 | Винегрет с сельдью | ккэл-130, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-7 | 60-00* |
| 100 | Салат "Бодристь" | ккэл-117, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5 | 40-00* |
| 100 | Салат "Квартет" | ккэл-148, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-3 | 75-00 |
| 100 | Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым. | ккэл-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3 | 65-00 |
| 100 | Салат из свежих огурцов с луком репчатым | ккэл-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3 | 65-00 |
| 100 | Салат из свежих помидоров с луком зеленым. | ккэл-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3 | 75-00 |
| 100 | Салат из свеклы с сыром и чесноком. | ккэл-137, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8 | 45-00 |
| 100 | Салат из свеклы с черносливом. | ккэл-138, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-19 | 45-00 |
| 100 | Салат из белокочанной капусты с морковью | ккэл-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9 | 25-00 |
| 100 | Салат из квашеной капусты с репчатым луком | ккэл-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8 | 50-00 |
| 25/20/5 | Сельдь солёная с луком | ккэл-89, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-2 | 50-00 |
| 20/50 | Яйцо вареное с икрой кабачковой | ккэл-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-4 | 35-00 |
| 100 | Брускетта "Большая перемена" | ккэл-179, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-24 | 45-00 |
| 250/5/1 | Солонка Домашняя со сметаной и зеленью. | ккэл-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8 | 60-00 |
| 100 | Рыба запечённая со сметанным соусом. | ккэл-140, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-6 | 130-00 |
| 75 | Филе куриное запеченое под сырным соусом | ккэл-111, Белки-19, Жиры-3, Углеводы-1 | 95-00 |
| 50 | Сосиски отварные. | ккэл-100, Белки-5, Жиры-9 | 40-00 |
| 200 | Плов из птицы, огулец консервированный. | ккэл-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | 60-00 |
| 80 | Шницель мясной с соусом томатным. | ккэл-173, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-10 | 45-00 |
| 100 | Цыплята отварные. | ккэл-244, Белки-25, Жиры-16 | 80-00 |
| 100 | Стейк "Курочка Рыба" | ккэл-225, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-7 | 105-00 |
| 100 | Филе куриное "Бризоль". | ккэл-175, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-8 | 115-00 |
| 100 | Медальоны куриные | ккэл-207, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-1 | 115-00 |
| 100 | Шашлык из филе птицы. | ккэл-170, Белки-27, Жиры-6, Углеводы-1 | 125-00 |
| 50/5 | Оладьи из печени с маслом сливочным | ккэл-162, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-6 | 73-00 |
| 70/50 | Печень тушёная в соусе | ккэл-217, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-10 | 125-00 |
| 50/30/1 | Буше из печени. | ккэл-164, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-8 | 85-00 |
| 70/5 | Фразы из говядины с луком и яйцом с маслом сливочным | ккэл-189, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-10 | 95-00 |
| 90 | Эсски мясные с томатным соусом. | ккэл-159, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-10 | 75-00 |
| 100 | Мясо по-французски | ккэл-206, Белки-7, Жиры-17, Углеводы-5 | 75-00 |
| 100/2 | Медальоны из свинины по-милански | ккэл-400, Белки-15, Жиры-37, Углеводы-1 | 145-00 |
| 100 | Свинина Аппетитная. | ккэл-283, Белки-15, Жиры-24 | 145-00 |
| 100/30/2 | Свинина по-актёрски | ккэл-593, Белки-21, Жиры-53, Углеводы-7 | 160-00 |
| 105 | Пельмени мясные отварные с маслом | ккэл-188, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-19 | 70-00 |
| 165 | Индийка отварная с рисом и овощами | ккэл-234, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-31 | 85-00 |
| 150/20/5 | Макаронные изделия отварные с сыром | ккэл-271, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-35 | 45-00 |
| 100 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным. | ккэл-133, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23 | 20-00 |
| 180 | Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая | ккэл-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35 | 30-00 |
| 100 | Вермишель отварная с маслом сливочным. | ккэл-127, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-22 | 20-00 |
| 100 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом. | ккэл-162, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-26 | 20-00 |
| 100 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами. | ккэл-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25 | 30-00 |
| 180 | ГРЕЧА "ПО-КУПЕЧЕСКИ" | ккэл-370, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-37 | 70-00 |
| 100 | Каша пшённая с маслом. | ккэл-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25 | 15-00 |
| 100 | Капуста тушёная белокочанная. | ккэл-76, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9 | 35-00 |
| 100 | Капуста брокколи запечённая | ккэл-71, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5 | 100-00 |
| 100 | Капуста цветная запечённая | ккэл-66, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-3 | 100-00 |
| 100 | Картофельное пюре с маслом. | ккэл-65, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7 | 40-00 |
| 200 | Картофель по-деревенски запечённый | ккэл-367, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-37 | 80-00 |
| 100 | Пюре гороховое с маслом сливочным | ккэл-162, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-22 | 15-00 |
| 100 | Рис отварной | ккэл-130, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22 | 20-00 |
| 100 | Рис отварной с овощами. | ккэл-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18 | 30-00 |
| 150 | Ризотто с овощами. | ккэл-179, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-27 | 60-00 |
| 100 | Рагу из овощей с соусом. | ккэл-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10 | 30-00 |
| 80 | Курник с курицей и картофелем. | ккэл-300, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-36 | 65-00 |
| 80 | Курник с мясом | ккэл-237, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-20 | 70-00 |
| 25/50 | Сосиски запечённая в тесте | ккэл-190, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-23 | 55-00 |
| 50/50 | Сосиски запечённая в тесте. | ккэл-252, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-23 | 65-00 |
| 25/50 | Сосиска запечённая в слоёном тесте. | ккэл-309, Белки-7, Жиры-20, Углеводы-26 | 55-00 |
| 50/50 | Сосиска запечённая в слоёном тесте. | ккэл-323, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-29 | 65-00 |
| 75 | Пирожок печёный с мясом и рисом | ккэл-189, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-28 | 70-00 |
| 75 | Пирожок печёный с капустой и яйцом | ккэл-148, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25 | 47-00 |
| 75 | Пирожок печёный с картофелем. | ккэл-179, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-33 | 45-00 |
| 75 | Пирожок печёный с зеленым луком и яйцом | ккэл-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30 | 50-00 |
| 100 | Пицца Школьная | ккэл-308, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-31 | 70-00 |
| 80 | Пермяч. | ккэл-146, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-18 | 70-00 |
| 71,5 | Расстегай с рыбой | ккэл-188, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-30 | 65-00 |
| 71,5 | Расстегай с мясом и луком | ккэл-196, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-30 | 70-00 |
| 150 | Чизбургер с курицей. | ккэл-383, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-33 | 85-00 |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккэл-79, Углеводы-20 | 25-00 |
| 200 | Сок в ассортименте | ккэл-136, Белки-1, Углеводы-33 | 25-00 |
| 200 | Чай с сахаром. | ккэл-45, Углеводы-11 | 10-00 |
| 200/7 | Чай с лимоном и сахаром. | ккэл-46, Углеводы-11 | 20-00 |
| 200 | Чай с молоком и сахаром | ккэл-74, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13 | 20-00 |

ООО "Комбинат школьного питания"



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

Меню дневного рациона на 06.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КНП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 65 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 | Плов из птицы, огурцы консервированные | ккал-386, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50 | |
| 200/10 | Чай с яблоками и сахаром. | ккал-49, Углеводы-12 | |
| 35 | Хлеб пшеничный .. | ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-575, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-81 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 200/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и зеленью. | ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 100 | Шницель мясной с соусом томатным. | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10 | |
| 150 | Каша перловая рассыпчатая. | ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-79, Углеводы-20 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 746 | Итого за Обед | ккал-841, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-119 | 114-91 |

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 06.03.2026

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Цена | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|--|--|--------------|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | |
| 5 | Масло порционно. | ккал-33, Жиры-4 | | |
| 280 | Плов из птицы, огурцы консервированные. | ккал-438, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-57 | | |
| 200/10 | Чай с яблоками и сахаром. | ккал-49, Углеводы-12 | | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33 | | |
| 555 | Итого за Завтрак | ккал-702, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-102 | 28-88 | 95-46 |
| <u>Обед</u> | | | | |
| 250/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и зеленью. | ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8 | | |
| 100 | Шницель мясной с соусом томатным. | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10 | | |
| 180 | Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным | ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46 | | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-79, Углеводы-20 | | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33 | | |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19 | | |
| 836 | Итого за Обед | ккал-944, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-135 | 45-75 | 133-65 |

Генеральный директор

Аврискина Т.Н.

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.

