



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о. Самара

Меню свободного выбора блюд (дополнительное питание) на 17.04.2026

Утвердил: Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Александрова

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

Выход (г)	Наименование блюда	квал. пем. (квал), Белки (г), Углеводы (г), Жиры (г), Витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	Винегрет обыкновенный	квал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	40-00
100	Винегрет с сельдью	квал-130, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-5	60-00
100	Салат "Богородица"	квал-107, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5	60-00
100	Салат "Кларет"	квал-146, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-3	75-00
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.	квал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	65-00
100	Салат из свежих огурцов с луком репчатым.	квал-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	65-00
100	Салат из свежих помидоров с луком зеленым.	квал-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	75-00
100	Салат из свежих сыра и чеснока.	квал-137, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	45-00
100	Салат из свеклы с черносливом.	квал-138, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-19	45-00
100	Салат из белокачанной капусты с морковью	квал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	25-00
100	Салат из квашеной капусты с репчатым луком	квал-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	50-00
25/20/5	Сельдь соленая с луком	квал-89, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-2	50-00
20/50	Яйцо вареное с икрой кабачковой	квал-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-4	35-00
100	Брускетта "Большая перемена"	квал-179, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-24	45-00
100/10	Вареники из творога со сушеным молоком.	квал-221, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-27	48-00
250/5/1	Солянка Дамашняя со сметаной и зеленью.	квал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	60-00
100	Рыба тушеная в томате с овощами	квал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	95-00
100	Рыба запеченная со сметанным соусом.	квал-140, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-6	130-00
80	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом	квал-126, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	55-00
200	Плов из птицы, огурец свежий.	квал-334, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-39	60-00
80	Шницель мясной с соусом томатным.	квал-173, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-10	45-00
100	Цыплята отварные.	квал-244, Белки-25, Жиры-16	80-00
70/5	Зразы из говядины с луком и яйцом с маслом сливочным	квал-189, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-10	95-00
70/50	Печень тушеная в соусе	квал-217, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-10	125-00
50/30/1	Буше из печени.	квал-164, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-8	85-00
50/5	Оладьи из печени с маслом сливочным	квал-162, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-6	73-00
100	Стейк "Курочка Рыба"	квал-225, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-7	105-00
100	Шашлык из филе птицы.	квал-170, Белки-27, Жиры-6, Углеводы-1	125-00
60/30	Энчики мясные с томатным соусом.	квал-159, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-10	75-00
105	Пельмени мясные отварные с маслом	квал-188, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-19	70-00
165	Индийка отварная с рисом и овощами	квал-234, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-31	85-00
100	Медальоны куриные	квал-207, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-1	115-00
100	Филе куриное "Бризоль".	квал-175, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-8	115-00
100	Мясо по-французски	квал-206, Белки-7, Жиры-17, Углеводы-5	75-00
100	Медальоны из свинины по-милански	квал-392, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-1	145-00
100	Свинина Аппетитная.	квал-283, Белки-15, Жиры-24	145-00
100/30/2	Свинина по-актёрски	квал-593, Белки-21, Жиры-53, Углеводы-7	160-00
150/20/5	Макаронные изделия отварные с сыром	квал-271, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-35	45-00
180	Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	квал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	30-00
100	Вермишель отварная с маслом сливочным.	квал-127, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-22	20-00
100	Каша гречневая рассыпчатая с маслом.	квал-162, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-26	20-00
100	Каша гречневая рассыпчатая с овощами.	квал-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	30-00
180	ГРЕЧА "ПО-КУПЕЧЕСКИ"	квал-370, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-37	70-00
100	Каша пшеничная с маслом.	квал-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	15-00
100	Капуста тушеная белокачанная.	квал-76, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	35-00
100	Капуста брокколи запеченная	квал-71, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	100-00
100	Капуста цветная запеченная	квал-66, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-3	100-00
100	Картофельное пюре с маслом.	квал-65, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	40-00
200	Картофель по-деревенски запеченный	квал-367, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-37	80-00
100	Пюре гороховое с маслом сливочным	квал-162, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-22	15-00
100	Рис отварной	квал-130, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	20-00
100	Рис отварной с овощами.	квал-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18	30-00
150	Ризотто с овощами.	квал-179, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-27	60-00
100	Рагу из овощей с соусом.	квал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	30-00
100	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным.	квал-133, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23	20-00
80	Курник с курицей и картофелем.	квал-300, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-36	65-00
80	Курник с мясом	квал-237, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-20	70-00
25/50	Сосиска запеченная в тесте	квал-190, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-23	55-00
50/50	Сосиска запеченная в тесте.	квал-252, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-23	65-00
25/50	Сосиска запеченная в слоеном тесте.	квал-309, Белки-7, Жиры-20, Углеводы-26	55-00
50/50	Сосиска запеченная в слоеном тесте.	квал-323, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-29	65-00
75	Пирожок печеный с мясом и рисом	квал-189, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-28	70-00
75	Пирожок печеный с капустой и яйцом	квал-148, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	47-00
75	Пирожок печеный с картофелем.	квал-179, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-33	45-00
75	Пирожок печеный с зеленым луком и яйцом	квал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	50-00
100	Пицца Школьная	квал-308, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-31	70-00
80	Пермяк.	квал-146, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-18	70-00
71,5	Расстегай с рыбой	квал-188, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-30	65-00
71,5	Расстегай с мясом и луком	квал-196, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-30	70-00
150	Чизбургер с курицей.	квал-383, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-33	85-00
200	Кампот из сухофруктов.	квал-79, Углеводы-20	25-00
200	Сок в асортименте	квал-136, Белки-1, Углеводы-33	25-00
200	Чай с сахаром.	квал-45, Углеводы-11	10-00
200/7	Чай с лимоном и сахаром.	квал-46, Углеводы-11	20-00
200	Чай с молоком и сахаром	квал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	20-00

Зав. производством: Макарова Е.Е. Бухгалтер: Шашина Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

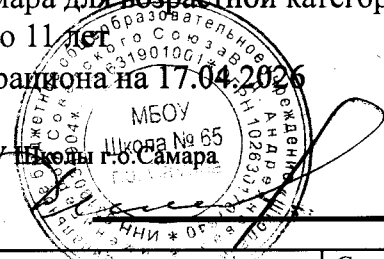
Меню дневного рациона на 17.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КНЦП"

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 со свежим огурцом	ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
502	Итого за Завтрак	ккал-597, Белки-20, Жиры-21, 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 с маслом сливочным, зелёный горошек.	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
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	
746	Итого за Обед	ккал-843, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-107	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

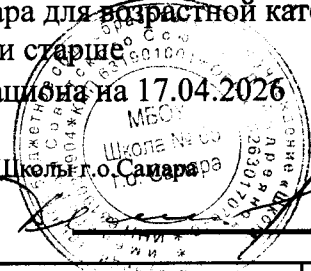
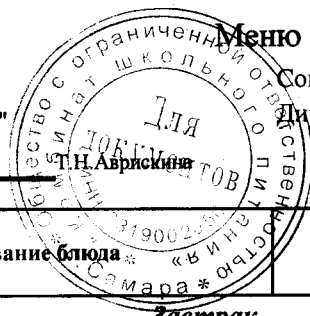
Меню дневного рациона на 17.04.2026

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	
280	Плов из птицы, огурцы свежие.	ккал-480, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-57	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
552	Итого за Завтрак	ккал-756, Белки-22, Жиры-31, Углеводы-98	95-46

Обед

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, зеленый горошек.	ккал-192, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	Итого за Обед	ккал-892, Белки-29, Жиры-34, Углеводы-119	133-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.