



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № г.о.Самара

Место свободного выбора блюд (дополнительное питание) № 17 от 03.02.2020

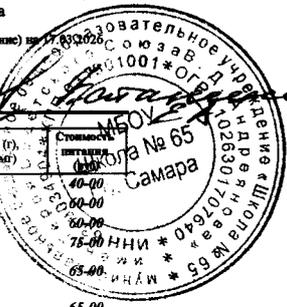
Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № г.о.Самара

Т.Н. Аврашина



Выход (г)	Наименование блюда	квал.	эп. цен. (кввал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витаминизация (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость блюда (руб.)
100	Вилегрет овощной	квал-124	Белки-1, Жир-10, Углеводы-7	40-00
100	Вилегрет с сельдью	квал-130	Белки-5, Жир-10, Углеводы-3	60-00
100	Салат "Бодякост"	квал-117	Белки-2, Жир-10, Углеводы-5	60-00
100	Салат "Каварет"	квал-116	Белки-9, Жир-11, Углеводы-3	75-00
100	Салат из свежих огурцов и огузцов с луком репчатым	квал-73	Белки-1, Жир-6, Углеводы-3	65-00
100	Салат из свежих огурцов с луком репчатым	квал-70	Белки-1, Жир-6, Углеводы-3	65-00
100	Салат из свежих помидоров с луком зеленым	квал-74	Белки-1, Жир-6, Углеводы-3	75-00
100	Салат из свежих с сыром и чесноком	квал-137	Белки-5, Жир-9, Углеводы-8	45-00
100	Салат из свежих с черносливом	квал-138	Белки-2, Жир-6, Углеводы-19	45-00
100	Салат из белокочанной капусты с морковью	квал-88	Белки-2, Жир-5, Углеводы-9	25-00
100	Салат из квашеной капусты с репчатым луком	квал-85	Белки-2, Жир-5, Углеводы-8	50-00
25/20/5	Сельдь солёная с луком	квал-89	Белки-5, Жир-7, Углеводы-2	50-00
20/50	Яйцо вареное с икрой кабачковой	квал-91	Белки-3, Жир-7, Углеводы-4	35-00
100	Бруснетта "Большая перемена"	квал-179	Белки-7, Жир-6, Углеводы-24	45-00
250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	квал-144	Белки-4, Жир-4, Углеводы-23	25-00
12,5/25	Суп картофельный с клёцками, чиплетами и зеленью	квал-177	Белки-7, Жир-7, Углеводы-22	35-00
0/1	Рыба запечённая со сметанным соусом	квал-140	Белки-9, Жир-9, Углеводы-6	130-00
75	Филе куриное запеченное под сырным соусом	квал-111	Белки-19, Жир-3, Углеводы-1	95-00
80	Сосиска отварная с соусом	квал-121	Белки-5, Жир-10, Углеводы-2	45-00
80	Котлеты рыбные с соусом томатным	квал-94	Белки-6, Жир-5, Углеводы-6	45-00
100	Цыплята отварные	квал-244	Белки-25, Жир-16	80-00
100	Стейк "Курочка Рыба"	квал-225	Белки-21, Жир-13, Углеводы-7	105-00
100	Филе куриное "Бризоль"	квал-175	Белки-20, Жир-7, Углеводы-8	115-00
100	Медальоны куриные	квал-207	Белки-19, Жир-14, Углеводы-1	115-00
100	Шашлык из филе птицы	квал-170	Белки-27, Жир-6, Углеводы-1	125-00
50/5	Опады из печени с маслом сливочным	квал-162	Белки-9, Жир-11, Углеводы-6	73-00
70/50	Печень тушёная в соусе	квал-217	Белки-20, Жир-11, Углеводы-10	125-00
50/30/1	Буше из печени	квал-164	Белки-11, Жир-10, Углеводы-8	85-00
70/5	Эрзиз из говядины с луком и яйцом с маслом сливочным	квал-189	Белки-8, Жир-13, Углеводы-10	95-00
90	Эсски мясные с томатным соусом	квал-159	Белки-6, Жир-11, Углеводы-10	75-00
100	Мясо по-французски	квал-206	Белки-7, Жир-17, Углеводы-5	75-00
100/2	Медальоны из свинины по-милански	квал-400	Белки-15, Жир-37, Углеводы-1	145-00
100	Свинина Аппетитная	квал-283	Белки-15, Жир-24	145-00
100/30/2	Свинина по-аутерски	квал-593	Белки-21, Жир-53, Углеводы-7	160-00
105	Пельмени мясные отварные с маслом	квал-188	Белки-11, Жир-8, Углеводы-19	70-00
165	Индейка отварная с рисом и овощами	квал-234	Белки-14, Жир-6, Углеводы-31	85-00
150/20/5	Макаронные изделия отварные с сыром	квал-271	Белки-11, Жир-10, Углеводы-35	45-00
100	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	квал-133	Белки-4, Жир-3, Углеводы-23	20-00
180	Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	квал-219	Белки-6, Жир-6, Углеводы-35	30-00
100	Вермишель отварная с маслом сливочным	квал-127	Белки-4, Жир-3, Углеводы-22	20-00
100	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	квал-162	Белки-6, Жир-4, Углеводы-26	20-00
100	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	квал-163	Белки-5, Жир-5, Углеводы-25	30-00
180	ГРЕЧА "ПО-КУПЕЧЕСКИ"	квал-370	Белки-19, Жир-16, Углеводы-37	70-00
100	Каша пшеничная с маслом	квал-153	Белки-4, Жир-4, Углеводы-25	15-00
100	Капуста тушёная белокочанная	квал-76	Белки-2, Жир-3, Углеводы-9	35-00
100	Капуста брокколи запечённая	квал-71	Белки-2, Жир-5, Углеводы-5	100-00
100	Капуста цветная запечённая	квал-66	Белки-2, Жир-5, Углеводы-3	100-00
100	Картофельное пюре с маслом	квал-65	Белки-2, Жир-3, Углеводы-7	40-00
200	Картофель по-деревенски запеченный	квал-367	Белки-6, Жир-22, Углеводы-37	80-00
100	Пюре гороховое с маслом сливочным	квал-162	Белки-11, Жир-3, Углеводы-22	15-00
100	Рис отварной	квал-130	Белки-2, Жир-4, Углеводы-22	20-00
100	Рис отварной с овощами	квал-133	Белки-3, Жир-6, Углеводы-18	30-00
150	Ризотто с овощами	квал-179	Белки-4, Жир-6, Углеводы-27	60-00
100	Рагу из овощей с соусом	квал-91	Белки-2, Жир-5, Углеводы-10	30-00
80	Курник с курицей и картофелем	квал-300	Белки-10, Жир-13, Углеводы-36	65-00
80	Курник с мясом	квал-237	Белки-7, Жир-15, Углеводы-20	70-00
25/50	Сосиска запечённая в тесте	квал-190	Белки-6, Жир-8, Углеводы-23	55-00
50/50	Сосиска запечённая в тесте	квал-252	Белки-9, Жир-14, Углеводы-23	65-00
25/50	Сосиска запечённая в слоёном тесте	квал-309	Белки-7, Жир-20, Углеводы-26	55-00
50/50	Сосиска запечённая в слоёном тесте	квал-323	Белки-10, Жир-19, Углеводы-29	65-00
75	Пирожок печёный с мясом и рисом	квал-189	Белки-8, Жир-5, Углеводы-28	70-00
75	Пирожок печёный с капустой и яйцом	квал-148	Белки-5, Жир-3, Углеводы-25	47-00
75	Пирожок печёный с картофелем	квал-179	Белки-5, Жир-3, Углеводы-33	45-00
75	Пирожок печёный с зеленым луком и яйцом	квал-196	Белки-5, Жир-6, Углеводы-30	50-00
100	Пицца Школьная	квал-308	Белки-10, Жир-6, Углеводы-31	70-00
80	Переня	квал-146	Белки-9, Жир-4, Углеводы-18	70-00
71,5	Рисстегай с рыбой	квал-188	Белки-10, Жир-3, Углеводы-30	65-00
71,5	Рисстегай с мясом и луком	квал-196	Белки-9, Жир-4, Углеводы-30	70-00
150	Чизбургер с курицей	квал-383	Белки-16, Жир-21, Углеводы-33	85-00
200	Напиток из апельсина	квал-67	Углеводы-17	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 малиной и сахаром	квал-74	Белки-2, Жир-2, Углеводы-13	20-00

Зел. провизорством

Мазурова Е.Е.

Бухгалтер

Нашкина Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.03.2026

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	
100	Сосиска отварная с соусом томатным	ккал-138, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-3	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
500	Итого за Завтрак	ккал-471, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-56	85-00
Обед			
200/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью .	ккал-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным..	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Рис отварной с маслом, кукуруза консервированная	ккал-176, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
741	Итого за Обед	ккал-745, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-120	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 17.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

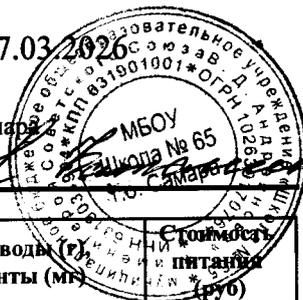
[Signature]



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

[Signature]



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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
100	Сосиска отварная с соусом томатным	ккал-138, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-3	
180	Картофельное пюре с маслом.	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
550	Итого за Завтрак	ккал-558, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-71	95-46

Обед

250/1	Суп картофельный с клецками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным..	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
180	Рис отварной с маслом сливочным, кукуруза консервированная.	ккал-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
831	Итого за Обед	ккал-819, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-134	133-65

Зав. производством

[Signature]

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

[Signature]

Шацкова Т.Ф.