



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 8 г. Самара

Меню свободного выбора блюд (наименование питания) № 11 от 2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврамкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г. Самара

Table with columns: Выход (г), Наименование блюда, экв. бел. (белки), экв. жира (жиры), экв. углеводов (углеводы), экв. витаминов (вг), экв. микроэлементов (мкг), Стоимость блюда (руб). Rows list various dishes like 'Винегрет овощной', 'Салат "Бодროсть"', 'Омлет натуральный с маслом сливочным', etc.

Зак. исполнитель

Макарова Е.Е.

Бухгалтер

Пашкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

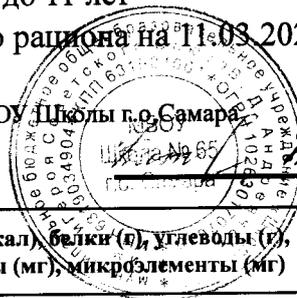
Меню дневного рациона на 11.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

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 | | | |
| 60 | Омлет натуральный. | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1 | |
| 180/15/6 | Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41 | |
| 200/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22 | |
| 504,5 | Итого за Завтрак | ккал-553, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-75 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с горохом с укропом. | ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17 | |
| 100 | Рыба по-самарски тушеная с овощами | ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3 | |
| 150 | Рис отварной с маслом, огурец консервированный | ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 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 | |
| 741 | Итого за Обед | ккал-757, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-115 | 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 11.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Макарова Е.Е.

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. 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 | |
| 200/20/5 | Макаронные изделия отварные с сыром. | ккал-328, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-47 | |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22 | |
| 555 | Итого за Завтрак | ккал-620, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-82 | 95-46 |
| Обед | | | |
| 250/1 | Суп картофельный с горохом и зеленью. | ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 100 | Рыба по-самарски тушеная с овощами | ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3 | |
| 180 | Рис отварной с маслом, огурец консервированный. | ккал-194, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33 | |
| 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 | |
| 831 | Итого за Обед | ккал-813, Белки-31, Жиры-21, Углеводы-124 | 133-65 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шацкова Т.Ф.

Шацкова Т.Ф.