

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 25.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано МБОУ

Директор МБОУ Школы 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

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
280	Каша гречневая рассыпчатая с молоком.	ккал-274, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-36	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40	Батон пшеничный.	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
545	Итого за Завтрак	ккал-571, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-70	

Обед

100	Салат из свежих огурцов с яйцом	ккал-94, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-2	
10/250/ 1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
180	Рагу из овощей.	ккал-164, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-18	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
80	Хлеб пшеничный	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
981	Итого за Обед	ккал-1 069, Белки-39, Жиры-34, Углеводы-147	

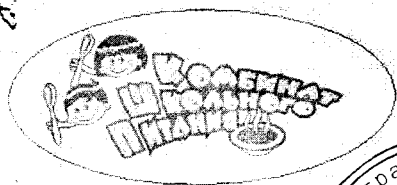
Итого за день ккал-1 640, Белки-59, Жиры-57, Углеводы-217 237-37

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 25.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано: МБОУ

Директор МБОУ Школа № 65

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

Завтрак

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
250	Каша гречневая рассыпчатая с молоком	ккал-234, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-30	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-487, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-59	

Обед

60	Салат из свежих огурцов с яйцом.	ккал-56, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-1	
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Рагу из овощей.	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
861	Итого за Обед	ккал-885, Белки-34, Жиры-27, Углеводы-126	

Полдник

100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-457, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-74	

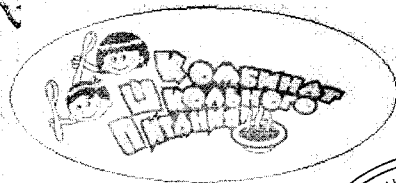
Итого за день ккал-1 830, Белки-57, Жиры-63, Углеводы-258 286-87

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 23.06.2025

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
250	Каша гречневая рассыпчатая с молоком	ккал-234, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-30	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-487, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-59	

Обед

60	Салат из свежих огурцов с яйцом.	ккал-56, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-1	
10/250/ 1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Рагу из овощей.	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
861	Итого за Обед	ккал-885, Белки-34, Жиры-27, Углеводы-126	

Итого за день ккал-1 373, Белки-50, Жиры-49, Углеводы-184

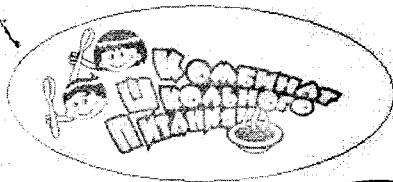
237-37

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 26.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 65

Т.Н. Аврикина

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

Завтрак

20	Ветчина порционно.	ккал-56, Белки-5, Жиры-4	
200	Макароны отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-358, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-61	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
50	- Батон пшеничный .:	ккал-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	
80	Банан парезка .	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
550	Итого за Завтрак	ккал-660, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-113	

Обед

100	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
180	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
80	Хлеб пшеничный	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
981	Итого за Обед	ккал-1 165, Белки-29, Жиры-44, Углеводы-158	

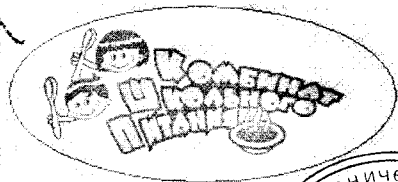
Итого за день ккал-1 824, Белки-49, Жиры-58, Углеводы-271 237-37

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 26.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП" "Для

документов

Т.Н. Аврисякина

Согласовано: МБОУ

Школа № 65

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

С.М. Смирнов

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

Завтрак

15	Ветчина порционно .	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
180	Макароны отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
80	Банан нарезка .	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
505	Итого за Завтрак	ккал-470, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-78	

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	ккал-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
891	Итого за Обед	ккал-1 016, Белки-26, Жиры-39, Углеводы-134	

Полдник

100	Пирог "Школьный"	ккал-481, Белки-4, Жиры-19, Углеводы-72	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-525, Белки-5, Жиры-19, Углеводы-84	

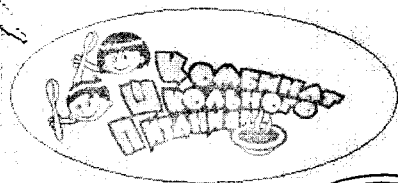
Итого за день ккал-2 011, Белки-43, Жиры-70, Углеводы-296 286-87

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 26.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано: Школа № 65

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

15	Ветчина порционно .	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
180	Макароны отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
80	Банан нарезка .	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
505	Итого за Завтрак	ккал-470, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-78	

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	ккал-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
150	Каши перловая рассыпчатая.	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
891	Итого за Обед	ккал-1 016, Белки-26, Жиры-39, Углеводы-134	
	Итого за день	ккал-1 485, Белки-39, Жиры-51, Углеводы-213	237-37

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.