



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 14.05.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"
Т.Н. Аарискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	Энерг. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (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	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
501	Итого за Завтрак	ккал-553, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-77	85-00

Обед

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью	ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
741	Итого за Обед	ккал-717, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-110	110-17

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



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

12 лет и старше
 Меню дневного рациона на 14.05.2025

Утверждаю:

Генеральный директор,

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Итого № 65
г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

Завтрак

105 Омлет натуральный с маслом сливочным.

ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2

**180/15/ Макароны отварные с сыром,
6 маслом сливочным**

ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41

200 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

45 Хлеб пшеничный.

ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27

551

Итого за Завтрак

ккал-639, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-81

91-52

Обед

250/1 *Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.*

ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8

100 Биточки "Школьные" с соусом томатным.

ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9

180 *Каша гречневая вязкая с маслом сливочным*

ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25

200 *Напиток из плодов шиповника.*

ккал-100, Белки-1, Углеводы-24

60 Хлеб пшеничный

ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36

30 Хлеб ржаной.

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

821

Итого за Обед

ккал-760, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-116

128-14

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.