



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 48 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 01.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

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

10 Масло порционно

ккал-66, Жиры-7

180/15/ Макароны отварные с сыром,
5 маслом сливочным

ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42

200 Какао напиток с молоком.

ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21

30 Батон пшеничный

ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3

60 Яблоко свежее.

ккал-27, Углеводы-6

500

Итого за Завтрак

ккал-618, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-72

Обед

12,5/25 Суп картофельный с рисом, цыпятами
0/1 и укропом.

ккал-135, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21

100 Котлеты рубленые из цыплят с
томатным соусом.

ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9

150 Картофельное пюре с маслом, огурец
свежий

ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13

200 Напиток из плодов шиповника.

ккал-100, Белки-1, Углеводы-24

60 Хлеб пшеничный

ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29

30 Хлеб ржаной.

ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13

803,5

Итого за Обед

ккал-760, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-109

Итого за день

ккал-1 378, Белки-49, Жиры-44, Углеводы-181

244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 48 г.о.Самара для возрастной категории с

7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 01.06.2026

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

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
180/15/	Макаронные изделия отварные с сыром,	ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42	
5	маслом сливочным		
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Батон пшеничный	ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3	
60	Яблоко свежее.	ккал-27, Углеводы-6	
500	Итого за Завтрак	ккал-618, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-72	

Обед

12,5/25	Суп картофельный с рисом, цыплятами	ккал-135, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
0/1	и укропом.		
100	Котлеты рубленые из цыплят с	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
	томатным соусом.		
150	Картофельное пюре с маслом, огурец	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
	свежий		
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
803,5	Итого за Обед	ккал-760, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-109	

Полдник

100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	
	Итого за день	ккал-1 715, Белки-56, Жиры-46, Углеводы-253	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 48 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 02.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШН"

Согласовано:

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

80	Сосиска отварная с соусом..	ккал-124, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-2	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-469, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-57	

Обед

10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1			
250	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
806	Итого за Обед	ккал-947, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-133	

Итого за день ккал-1 417, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-189 244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 48 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 02.06.2026

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			
80	Сосиска отварная с соусом..	ккал-124, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-2	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-469, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-57	
Обед			
10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1			
250	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
806	Итого за Обед	ккал-947, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-133	
Полдник			
100	Рожок с повидлом	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-400, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-75	
Итого за день		ккал-1 817, Белки-51, Жиры-62, Углеводы-264	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 48 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 03.06.2026

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

10	Масло порционнo	ккал-66, Жиры-7	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-259, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
502	Итого за Завтрак	ккал-574, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-69	

Обед

12,5/25	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23	
0/1			
100	Ёжики мясные с томатным соусом..	ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10	
153	Пюре гороховое с маслом, лук зелёный	ккал-244, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
806,5	Итого за Обед	ккал-935, Белки-41, Жиры-27, Углеводы-133	

Итого за день ккал-1 509, Белки-59, Жиры-52, Углеводы-202 244-58

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 48 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 03.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-259, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
502	Итого за Завтрак	ккал-574, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-69	
Обед			
12,5/25	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23	
0/1			
100	Ёжики мясные с томатным соусом..	ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10	
153	Пюре гороховое с маслом, лук зелёный	ккал-244, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
806,5	Итого за Обед	ккал-935, Белки-41, Жиры-27, Углеводы-133	
Полдник			
100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-349, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-55	
Итого за день		ккал-1 858, Белки-74, Жиры-59, Углеводы-257	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.