



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 24.06.2026

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) |
|----------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                       |                                                                             |                         |
| 10             | Сыр порционно                                         | ккал-34, Белки-3, Жиры-3                                                    |                         |
| 180            | Макароны отварные с маслом сливочным, икра кабачковая | ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36                                      |                         |
| 200            | Чай со смородиной                                     | ккал-39, Углеводы-10                                                        |                         |
| 30             | Батон пшеничный                                       | ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3                                       |                         |
| 80             | Банан                                                 | ккал-76, Белки-1, Углеводы-17                                               |                         |
| 500            | Итого за Завтрак                                      | ккал-488, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-66                                    |                         |
| <b>Обед</b>    |                                                       |                                                                             |                         |
| 250/5/1        | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                       |                         |
| 100            | Мясо тушёное с соусом.                                | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3                                      |                         |
| 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                                       |                         |
| 799            | Итого за Обед                                         | ккал-974, Белки-40, Жиры-41, Углеводы-112                                   |                         |
| <b>Полдник</b> |                                                       |                                                                             |                         |
| 90             | Пирог "Школьный".                                     | ккал-432, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-64                                     |                         |
| 200/10         | Чай с сахаром и лимоном                               | ккал-46, Углеводы-11                                                        |                         |
| 300            | Итого за Полдник                                      | ккал-478, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-75                                     |                         |
| Итого за день  |                                                       | ккал-1 940, Белки-58, Жиры-70, 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 24.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г)            | Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>       |                                                          |                                                                                |                               |
| 10                   | Сыр порционно                                            | ккал-34, Белки-3, Жиры-3                                                       |                               |
| 180                  | Макароны отварные с маслом<br>сливочным, икра кабачковая | ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36                                         |                               |
| 200                  | Чай со смородиной                                        | ккал-39, Углеводы-10                                                           |                               |
| 30                   | Батон пшеничный                                          | ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3                                          |                               |
| 80                   | Банан                                                    | ккал-76, Белки-1, Углеводы-17                                                  |                               |
| 500                  | <b>Итого за Завтрак</b>                                  | ккал-488, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-66                                       |                               |
| <b>Обед</b>          |                                                          |                                                                                |                               |
| 250/5/1              | Щи из свежей капусты с картофелем,<br>сметаной и укропом | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                          |                               |
| 100                  | Мясо тушёное с соусом.                                   | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3                                         |                               |
| 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                                          |                               |
| 799                  | <b>Итого за Обед</b>                                     | ккал-974, Белки-40, Жиры-41, Углеводы-112                                      |                               |
| <b>Итого за день</b> |                                                          | ккал-1 462, Белки-54, Жиры-52, Углеводы-178                                    | <b>244-58</b>                 |

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 25.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г)            | Наименование блюда                     | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>       |                                        |                                                                                |                               |
| 5                    | Масло порционно.                       | ккал-33, Жиры-4                                                                |                               |
| 100                  | Сосиска отварная с соусом              | ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3                                         |                               |
| 150                  | Картофельное пюре с маслом             | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20                                         |                               |
| 200                  | Чай с сахаром.                         | ккал-45, Углеводы-11                                                           |                               |
| 45                   | Батон пшеничный.                       | ккал-156, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23                                         |                               |
| 500                  | <b>Итого за Завтрак</b>                | ккал-502, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-57                                       |                               |
| <b>Обед</b>          |                                        |                                                                                |                               |
| 250                  | Бульон с пельменями отварными.         | ккал-268, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-58                                        |                               |
| 100                  | Биточки "Школьные" с соусом томатным   | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10                                        |                               |
| 180                  | Рис отварной с маслом, огурец свежий.. | ккал-195, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33                                         |                               |
| 200                  | Компот из сухофруктов.                 | ккал-79, Углеводы-20                                                           |                               |
| 60                   | Хлеб пшеничный                         | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29                                         |                               |
| 30                   | Хлеб ржаной.                           | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13                                          |                               |
| 820                  | <b>Итого за Обед</b>                   | ккал-988, Белки-38, Жиры-29, Углеводы-164                                      |                               |
| <b>Полдник</b>       |                                        |                                                                                |                               |
| 100                  | Ватрушка с повидлом.                   | ккал-319, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-65                                         |                               |
| 200                  | Напиток из плодов шиповника.           | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24                                                 |                               |
| 300                  | <b>Итого за Полдник</b>                | ккал-419, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-88                                         |                               |
| <b>Итого за день</b> |                                        | ккал-1 909, Белки-59, Жиры-57, Углеводы-309                                    | <b>296-28</b>                 |

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 25.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

|     |                            |                                          |  |
|-----|----------------------------|------------------------------------------|--|
| 5   | Масло порционно.           | ккал-33, Жиры-4                          |  |
| 100 | Сосиска отварная с соусом  | ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3   |  |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20   |  |
| 200 | Чай с сахаром.             | ккал-45, Углеводы-11                     |  |
| 45  | Батон пшеничный.           | ккал-156, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23   |  |
| 500 | Итого за Завтрак           | ккал-502, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-57 |  |

Обед

|     |                                        |                                           |  |
|-----|----------------------------------------|-------------------------------------------|--|
| 250 | Бульон с пельменями отварными.         | ккал-268, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-58   |  |
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным   | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10   |  |
| 180 | Рис отварной с маслом, огурец свежий.. | ккал-195, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33    |  |
| 200 | Компот из сухофруктов.                 | ккал-79, Углеводы-20                      |  |
| 60  | Хлеб пшеничный                         | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29    |  |
| 30  | Хлеб ржаной.                           | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13     |  |
| 820 | Итого за Обед                          | ккал-988, Белки-38, Жиры-29, Углеводы-164 |  |

Итого за день ккал-1 490, Белки-53, Жиры-53, Углеводы-221 244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.