



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 15.06.2026

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			
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
200/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
512	Итого за Завтрак	ккал-479, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-63	
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
250	Азу с мясом	ккал-401, Белки-8, Жиры-31, Углеводы-22	
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	
851	Итого за Обед	ккал-1 004, Белки-28, Жиры-46, Углеводы-120	
Полдник			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	
Итого за день		ккал-1 885, Белки-53, Жиры-73, Углеводы-255	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 15.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 48 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	
200/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
512	Итого за Завтрак	ккал-479, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-63	
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
250	Азу с мясом	ккал-401, Белки-8, Жиры-31, Углеводы-22	
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	
851	Итого за Обед	ккал-1 004, Белки-28, Жиры-46, Углеводы-120	
	Итого за день	ккал-1 483, Белки-45, Жиры-63, Углеводы-183	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 16.06.2026

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

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4
250	Плов из мяса цыплят.	ккал-501, Белки-17, Жиры-25, Углеводы-53
200	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10
45	Батон пшеничный .	ккал-156, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23
500	Итого за Завтрак	ккал-729, Белки-23, Жиры-33, Углеводы-85

Обед

12,5/25 0/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, цыплятами, со сметаной и укропом.	ккал-109, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10
100	Бифитекс "Пикантный" с томатным соусом	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10
180	Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35
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
838,5	Итого за Обед	ккал-853, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-121

Полдник

50	Плюшка Московская.	ккал-179, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
50	Апельсин	ккал-19, Углеводы-4
300	Итого за Полдник	ккал-243, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-45

Итого за день ккал-1 824, Белки-59, Жиры-65, Углеводы-252

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 16.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 48 г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
* Завтрак			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250	Плов из мяса цыплят.	ккал-501, Белки-17, Жиры-25, Углеводы-53	
200	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
45	Батон пшеничный.	ккал-156, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23	
500	Итого за Завтрак	ккал-729, Белки-23, Жиры-33, Углеводы-85	
Обед			
12,5/25	Щи из свежей капусты с картофелем, цыплятами, со сметаной и укропом.	ккал-109, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	
0/5/1	Бифштекс "Пикантный" с томатным соусом	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
100	Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
180	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
200	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
60	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Итого за Обед	ккал-853, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-121	
838,5	Итого за день	ккал-1 582, Белки-55, Жиры-60, Углеводы-207	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 17.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 48 г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-621, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-87	
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/25 0/10/1	Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
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	
873,5	Итого за Обед	ккал-940, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-119	
Полдник			
100	Рожок с повидлом	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-373, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-68	
Итого за день		ккал-1 934, Белки-56, Жиры-68, Углеводы-274	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 17.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

МБОУ

«Школа № 48»

г.о. Самара

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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
500	Итого за Завтрак	ккал-621, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-87	

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/25	Рассольник Ленинградский с		
0/10/1	цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
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	
873,5	Итого за Обед	ккал-940, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-119	

Итого за день ккал-1 561, Белки-49, Жиры-60, Углеводы-206

244-58

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.