



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 04.09.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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			
100	Котлеты рубленные из цыплят с томатным соусом .	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	85-00
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
510	Итого за Завтрак	ккал-475, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-61	
Обед			
200/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.	ккал-116, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	114-91
100	Сосиска отварная с соусом	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
726	Итого за Обед	ккал-757, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-109	
Полдник			
100	Пудинг из творога с повидлом (запечённый)	ккал-257, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-32	39-46
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-302, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-43	

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 07.09.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом	ккал-273, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-43	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
45	Хлеб пшеничный	ккал-146, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22	
500	Итого за Завтрак	ккал-591, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-78	85-00
<u>Обед</u>			
200/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель "Деликатесный" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
776	Итого за Обед	ккал-859, Белки-26, Жиры-33, Углеводы-114	114-91
<u>Полдник</u>			
90	Десерт "Нежность"..	ккал-410, Белки-10, Жиры-20, Углеводы-48	
200/10	Чай с яблоками и сахаром .	ккал-49, Углеводы-12	
300	Итого за Полдник	ккал-459, Белки-10, Жиры-20, Углеводы-60	39-46

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.