



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 23.09.2026

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>			
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
170	Каша пшённая рассыпчатая с маслом сливочным.	ккал-261, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43	
200	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-646, Белки-20, Жиры-32, Углеводы-70	85-00
<u>Обед</u>			
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	
165	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий .	ккал-147, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника..	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
756	Итого за Обед	ккал-737, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-97	114-91
<u>Полдник</u>			
100	Пудинг из творога с яблоками с повидлом	ккал-220, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-25	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-265, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-36	39-46

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.



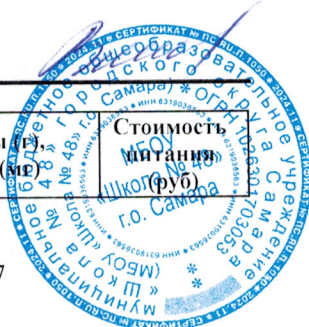
ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 48 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 24.09.2026

Утверждено
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)
Завтрак			
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
500	Итого за Завтрак	ккал-601, Белки-31, Жиры-19, Углеводы-78	85-00

Обед			
10/200/ 1	Суп картофельный с пшеном с рыбой с зеленью	ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	
100	Ёжики мясные с томатным соусом..	ккал-132, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-10	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
731	Итого за Обед	ккал-762, Белки-36, Жиры-21, Углеводы-108	114-91

Полдник			
50	Плюшка Московская.	ккал-179, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
50	Яблоко свежее ..	ккал-22, Углеводы-5	
300	Итого за Полдник	ккал-240, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-45	39-46

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 25.09.2026

Утверждено:

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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250	Плов из птицы со свежим огурцом	ккал-388, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-50	
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12	
35	Хлеб пшеничный ..	ккал-114, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17	
500	Итого за Завтрак	ккал-584, Белки-18, Жиры-22, Углеводы-79	85-00

Обед

200/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12	
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, зелёный горошек.	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
200	Напиток из сухофруктов.	ккал-53, Углеводы-13	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
746	Итого за Обед	ккал-897, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-102	114-91

Полдник

100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57	39-46

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.