

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 24.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"
Г.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

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

Завтрак

15	Сыр <i>порционно</i> .	ккал-52, Белки-4, Жиры-4
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
200/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
500	Итого за Завтрак	ккал-505, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-65
		90-00

Обед

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-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
776	Итого за Обед	ккал-823, Белки-22, Жиры-29, Углеводы-118
		115-00

Полдник

100	Кекс "Домино"	ккал-483, Белки-7, Жиры-25, Углеводы-59
200	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10
300	Итого за Полдник	ккал-523, Белки-7, Жиры-25, Углеводы-68
		50-00

Полдник СВО

100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
300	Итого за Полдник СВО	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72
		32-15

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брончугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 24.11.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

ждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аверинкина

Документ

Т.Н.Аверинкина

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

Завтрак

15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
250/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
550	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-76
		97-00

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, 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-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19
836	Итого за Обед	ккал-854, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-123
		133-00

Обед №2

10/250/	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20
100	Филе куриное тушеное с томатным соусом	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
831	Итого за Обед №2	ккал-839, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-118
		133-00

Полдник

150	Кекс "Домино",	ккал-625, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-63
200	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10
350	Итого за Полдник	ккал-664, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-73
		60-00

Полдник СВО

150	Гребешок "Школьный" .	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
350	Итого за Полдник СВО	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72
		48-54

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

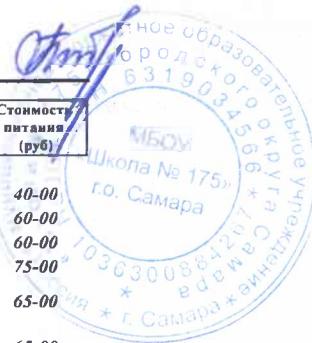
Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 2 д
Меню дневного рациона на 24.11.2025Согласовано:
Директор МБОУ Школы г.о.Самара

ООО "КШП"

Т.Н.Аверкина



Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микрэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Ассортимент свободного выбора		
100 Винегрет овощной	ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	40-00
100 Винегрет с сельдью	ккал-130, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-5	60-00
100 Салат "Бодрость"	ккал-117, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5	60-00
100 Салат "Квартет"	ккал-146, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-3	75-00
100 Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	65-00
100 Салат из свежих огурцов с луком репчатым	ккал-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	65-00
100 Салат из свежих томатов с луком зелёным.	ккал-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	75-00
100 Салат из свеклы с сыром и чесноком.	ккал-137, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	45-00
100 Салат из свеклы с черносливом.	ккал-138, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-19	45-00
100 Салат из белокочанной капусты с морковью .	ккал-86, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9	25-00
100 Салат из квашеной капусты с репчатым луком	ккал-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	50-00
25/20/5 Сельдь солёная с луком	ккал-89, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-2	50-00
250/10 Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-293, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41	40-00
20/50 Яйцо вареное с икрой кабачковой	ккал-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-4	35-00
100 Брускетта "Большая перемена"	ккал-179, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-24	45-00
250/5/1 Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	25-00
12,5/25 Борщ с капустой, картофелем, цыпленком, сметаной и укропом .	ккал-145, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-14	38-00
250/1 Сырный суп с зеленью	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	48-00
100 Рыба по-самарски тушеная с овощами	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	130-00
175 Цыплята тушеные в соусе с овощами	ккал-249, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-14	95-00
80 Филе куриное тушеное в сметанно-томатном соусе.	ккал-95, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-3	68-00
80 Шницель "Деликатесный" с соусом томатным .	ккал-188, Белки-6, Жиры-14, Углеводы-9	50-00
100 Цыплята отварные.	ккал-244, Белки-25, Жиры-16	75-00
70/5 Зразы из говядины с луком и яйцом с маслом сливочным	ккал-189, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-10	75-00
70/50 Печень тушеная в соусе	ккал-217, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-10	112-00
50/30/1 Бёлье из печени.	ккал-164, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-8	72-00
50/5 Оладьи из печени с маслом сливочным	ккал-162, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-6	60-00
100 Стейк "Курочка Ряба"	ккал-225, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-7	95-00
100 Шашлык из филе птицы.	ккал-170, Белки-27, Жиры-6, Углеводы-1	115-00
90 Ежевики мясные с томатным соусом .	ккал-159, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-10	60-00
105 Пельмени мясные отварные с маслом	ккал-188, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-19	62-00
165 Индейка отварная с рисом и овощами	ккал-234, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-31	78-00
150/20/5 Макаронные изделия отварные с сыром	ккал-271, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-35	45-00
100 Вермишель отварная с маслом сливочным.	ккал-127, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-22	20-00
180 Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	30-00
100 Каша гречневая рассыпчатая с маслом.	ккал-162, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-26	20-00
100 Каша гречневая рассыпчатая с овощами.	ккал-161, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	30-00
100 Каша пшённая с маслом.	ккал-133, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-15	15-00
100 Капуста тушеная белокочанная.	ккал-76, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	35-00
100 Капуста брокколи запечённая	ккал-71, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	90-00
100 Капуста цветная запечённая	ккал-56, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-3	100-00
100 Картофельное пюре с маслом.	ккал-53, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	40-00
200 Картофель по-деревенски запечённый	ккал-37, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-37	80-00
100 Пюре гороховое с маслом сливочным	ккал-162, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-22	15-00
100 Рис отварной	ккал-130, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22	20-00
100 Рис отварной с овощами.	ккал-132, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18	30-00
100 Рагу из овощей с соусом.	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	30-00
100 Макаронные изделия отварные с маслом сливочным.	ккал-133, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23	20-00
200 Морс клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	25-00
200 Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	25-00
200 Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	10-00
200/7 Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	20-00
200 Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	20-00

Зав. производством

Макароне Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапкова Т.Ф.