



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 25.10.2025

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

220/30	Оладьи со сгущенным молоком,	ккал-682, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
100	Апельсин.	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
550	Итого за Завтрак	ккал-765, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-126	97-00

Обед

250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	Итого за Обед	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114	133-00

Полдник

150	Гребешок "Школьный".	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	Итого за Полдник	ккал-532, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-93	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 № 175 г. Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 25.10.2025

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

180/20	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-544, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-85	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
100	Апельсин	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
500	Итого за Завтрак	ккал-626, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-104	90-00

Обед

200/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом	ккал-109, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
170	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.	ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
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	
766	Итого за Обед	ккал-717, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-103	115-00

Полдник

100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-494, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-93	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

Брюнчугина Е.Н.