ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 06.11.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Дорискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
100	*Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом .*	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
150	*Картофельное пюре с маслом*	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
209/4,5	*Чай со смородиной*	ккал-39, Углеводы-10	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
513,5	**Итого за Завтрак**	ккал-474, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-62	*85-00*
	Обед		
200/5/1	*Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.*	ккал-116, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	
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	
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-822, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-119	*114-91*
	Полдник		
90	*Пудинг из творога с яблоками с повидлом.*	ккал-194, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-18	
211	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
301	**Итого за Полдник**	ккал-239, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-29	*39-46*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 06.11.2026

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 рубленые из цыплят с томатным соусом .*	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
180	*Картофельное пюре с маслом.*	ккал-159, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-22	
209/4,5	*Чай со смородиной*	ккал-39, Углеводы-10	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
553,5	**Итого за Завтрак**	ккал-533, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-70	*95-46*
	Обед		
250/5/1	*Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа*	ккал-143, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-20	
100	*Сосиска отварная с соусом*	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
180	*Макаронные изделия отварные с маслом сливочным*	ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	*Напиток из лимонов.*	ккал-98, Углеводы-24	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
50	*Ржаной хлеб*	ккал-150, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-22	
836	**Итого за Обед**	ккал-914, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-134	*133-65*
	Обед №2		
250/5/1	*Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом*	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
280	*Жаркое по-домашнему из цыплят, зелёный горошек.*	ккал-302, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-27	
200	*Компот из изюма..*	ккал-77, Углеводы-19	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
816	**Итого за Обед №2**	ккал-727, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-93	*133-65*
	Полдник		
140	*Пудинг из творога с яблоками, с повидлом*	ккал-315, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-41	
211	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
351	**Итого за Полдник**	ккал-359, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-52	*59-57*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.