



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 17.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7		
250/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41		
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12		
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15		
502	Итого за Завтрак	ккал-471, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-67	21-81	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 мясной с соусом томатным.	ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12		
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		
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15		
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13		
731	Итого за Обед	ккал-789, Белки-21, Жиры-39, Углеводы-89	34-35	114-91
<u>Полдник</u>				
100/10	Оладьи со сгущённым молоком.	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43		
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11		
310	Итого за Полдник	ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	9-57	39-46

Генеральный директор



Аврискина Е.И.

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 17.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7		
250/10	Каши Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-293, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41		
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12		
70	Хлеб пшеничный ..	ккал-227, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-34		
550	Итого за Завтрак	ккал-635, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-87	27-08	95-46
Обед				
250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11		
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12		
180	Каши гречневая вязкая с маслом, огурец свежий.	ккал-148, 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		
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19		
836	Итого за Обед	ккал-896, Белки-24, Жиры-40, Углеводы-110	40-83	133-65
Обед №2				
250/1	Суп картофельный с пшеном и укропом.	ккал-110, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-20		
100	Филе куриное тушёное с томатным соусом	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3		
180	Вермишель отварная с маслом сливочным..	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35		
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15		
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29		
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19		
831	Итого за Обед №2	ккал-864, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-122	51-11	133-65
Полдник				
130/20	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-374, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-59		
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11		
350	Итого за Полдник	ккал-419, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-70	9-57	59-57

Генеральный директор

Аврискина Т.И.

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчук Е.Н.

