

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 23.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (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-42, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-352, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-56	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 23.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Андришкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 154

МБОУ

г.о.

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	
280	Плов из птицы, огурцы свежие.	ккал-430, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-57	
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
555	Итого за Завтрак	ккал-707, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-99	95-46

Обед

250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12	
180	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, зеленый горошек.	ккал-192, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
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	
826	Итого за Обед	ккал-947, Белки-29, Жиры-44, Углеводы-108	133-65

Обед №2

250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
280	Азу с мясом	ккал-413, Белки-9, Жиры-31, Углеводы-25	
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	
811	Итого за Обед №2	ккал-886, Белки-24, Жиры-42, Углеводы-104	133-65

Полдник

150	Ватрушка с творогом.	ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49	
200	Чай с сахаром.	ккал-42, Углеводы-10	
350	Итого за Полдник	ккал-427, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-59	59-57

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.