



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 03.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб.)
Завтрак			
10	Масло порционное	ккал-66, Жиры-7	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-259, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
502	Итого за Завтрак	ккал-574, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-69	
Обед			
12,5/25	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23	
0/1			
100	Ёжики мясные с томатным соусом..	ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10	
153	Пюре гороховое с маслом, лук зелёный	ккал-244, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
806,5	Итого за Обед	ккал-935, Белки-41, Жиры-27, Углеводы-133	
Полдник			
100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-349, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-55	
Итого за день		ккал-1 858, Белки-74, Жиры-59, Углеводы-257	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 03.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюд	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
552	Итого за Завтрак	ккал-631, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-78	
Обед			
12,5/25	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23	
100	Ёжики мясные с томатным соусом..	ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10	
183	Пюре гороховое с маслом, лук зелёный.	ккал-293, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
886,5	Итого за Обед	ккал-1 138, Белки-51, Жиры-32, Углеводы-162	
Полдник			
150	Ватрушка с творогом .	ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
350	Итого за Полдник	ккал-424, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-58	
Итого за день		ккал-2 193, Белки-93, Жиры-70, Углеводы-299	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.