



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 05.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
100	"Колбаски" куриные с томатным соусом..	ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11
45	Батон пшеничный.	ккал-156, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23
500	Итого за Завтрак	ккал-517, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-77
Обед		
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой с зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3
165	Каша гречневая вязкая с маслом, томат свежий.	ккал-149, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13
816	Итого за Обед	ккал-950, Белки-31, Жиры-39, Углеводы-119
Полдник		
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15
300	Итого за Полдник	ккал-420, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-76
Итого за день		ккал-1 887, Белки-59, Жиры-63, Углеводы-272
		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 05.06.2026

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			
100	"Колбаски" куриные с томатным соусом..	ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10	
200	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-240, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-39	
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
45	Батон пшеничный.	ккал-156, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23	
550	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-83	
Обед			
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой с зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
180	Каша гречневая вязкая с маслом, томат свежий.	ккал-152, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-22	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
881	Итого за Обед	ккал-1 108, Белки-38, Жиры-43, Углеводы-143	
Полдник			
150	Плюшка "Московская".	ккал-391, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-54	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
350	Итого за Полдник	ккал-453, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-69	
Итого за день		ккал-2 130, Белки-72, Жиры-73, Углеводы-295	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.