



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 10.06.2026

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			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
200/10	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом	ккал-306, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-43	
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12	
60	Батон пшеничный.	ккал-208, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30	
500	Итого за Завтрак	ккал-648, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-85	
Обед			
60	Икра кабачковая порционно.	ккал-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
250/1	Суп картофельный с клецками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
851	Итого за Обед	ккал-886, Белки-27, Жиры-37, Углеводы-112	
Полдник			
100/15	Оладьи с повидлом..	ккал-297, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-57	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
315	Итого за Полдник	ккал-342, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-68	
Итого за день		ккал-1 876, Белки-54, Жиры-69, Углеводы-266	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 10.06.2026

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)
Завтрак		
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4
250/10	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом.	ккал-366, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-53
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12
60	Батон пшеничный.	ккал-208, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30
550	Итого за Завтрак	ккал-708, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-96
Обед		
100	Икра кабачковая порционно.	ккал-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8
250/1	Суп картофельный с клецками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10
180	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец свежий.	ккал-104, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-13
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26
971	Итого за Обед	ккал-1 092, Белки-35, Жиры-44, Углеводы-138
Полдник		
165	Оладьи с повидлом.	ккал-425, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-73
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11
365	Итого за Полдник	ккал-470, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-84
Итого за день		ккал-2 270, Белки-70, Жиры-80, Углеводы-318
		296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.