



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 24.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 166

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
180	Макароны отварные с маслом сливочным, икра кабачковая	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3	
80	Банан	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
500	Итого за Завтрак	ккал-488, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-66	
Обед			
250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
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	
799	Итого за Обед	ккал-974, Белки-40, Жиры-41, Углеводы-112	
Полдник			
90	Пирог "Школьный" .	ккал-432, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-64	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-478, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-75	
Итого за день		ккал-1 940, Белки-58, Жиры-70, Углеводы-253	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 24.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 166

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
220	Макароны отварные с маслом сливочным, икра кабачковая.	ккал-363, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-58	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
60	Батон пшеничный.	ккал-208, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30	
80	Банан	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
570	Итого за Завтрак	ккал-720, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-115	
Обед			
250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
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	
879	Итого за Обед	ккал-1 177, Белки-50, Жиры-46, Углеводы-142	
Полдник			
140	Пирог "Школьный ".	ккал-573, Белки-6, Жиры-28, Углеводы-74	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник	ккал-619, Белки-6, Жиры-28, Углеводы-86	
Итого за день			296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.