



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 20.04.2026

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
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	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
507	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-512, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-72	<b>85-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом..	ккал-102, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
250	Плов с мясом, огурец свежий	ккал-423, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47	
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	
741	<b>Итого за Обед</b>	ккал-910, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-132	<b>114-91</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
90	Десерт "Нежность"..	ккал-410, Белки-10, Жиры-20, Углеводы-48	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-456, Белки-10, Жиры-20, Углеводы-59	<b>39-46</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.