



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ "Школа № 3" г.о. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 27.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Е.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



Выход (г)	п.п. (ккал); белки (г), углеводы (г), витамины (мг); микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	---	-------------------------

Завтрак

220/30 Оладьи со сгущенным молоком,

ккал-682; Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107

200 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

100 Апельсин (нарезка)

ккал-38, Белки-1, Углеводы-8

550

Итого за Завтрак

ккал-765, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-126

97-00

Обед

250/1 Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.

ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20

105 Сосиска отварная со сметанным соусом

ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6

180 Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.

ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20

200 Напиток клюквенный Школьный

ккал-62, Углеводы-15

60 Хлеб пшеничный

ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33

60 Ржаной хлеб

ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20

856

Итого за Обед

ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114

133-00

Полдник

150 Гребешок "Школьный".

ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61

200 Сок в ассортименте

ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

350

Итого за Полдник

ккал-532, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-93

60-00

Полдник СВО

150 Гребешок "Школьный".

ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61

200 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

350

Итого за Полдник СВО

ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72

48-54

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ "Школа № 3" г.о. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 27.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

М. Гуманов

Выход (г)	Наименование блюда	Энерг. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

220/30	Оладьи со сгущенным молоком ,	ккал-682, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
550	Итого за Завтрак	ккал-765, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-126	97-00

Обед

250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	Итого за Обед	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114	133-00

Полдник

150	Гребешок " Школьный" .	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	Итого за Полдник	ккал-532, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-93	60-00

Полдник СВО

150	Гребешок " Школьный" .	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник СВО	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72	48-54

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Врончугина Е.Н.