



## ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 3 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 24.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Согласовано: МБОУ

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|       |                                                 |                                          |       |
|-------|-------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 15    | Сыр порционный.                                 | ккал-52, Белки-4, Жиры-4                 |       |
| 40    | Яйцо вареное                                    | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                 |       |
| 250/5 | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным. | ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41   |       |
| 200   | Чай с молоком и сахаром                         | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13    |       |
| 40    | Хлеб пшеничный.                                 | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22   |       |
| 550   | Итого за Завтрак                                | ккал-569, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-76 | 97-00 |

Обед

|         |                                                        |                                           |        |
|---------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 250/5/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.    | ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11    |        |
| 100     | Шницель "Деликатесный" с соусом томатным               | ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10   |        |
| 180     | Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая | ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35    |        |
| 200     | Напиток клюквенный Школьный                            | ккал-62, Углеводы-15                      |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                         | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 40      | Хлеб ржаной                                            | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19             |        |
| 836     | Итого за Обед                                          | ккал-854, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-123 | 133-00 |

Полдник

|     |                    |                                          |       |
|-----|--------------------|------------------------------------------|-------|
| 150 | Кекс "Домино",     | ккал-625, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-63 |       |
| 200 | Чай со смородиной. | ккал-39, Углеводы-10                     |       |
| 350 | Итого за Полдник   | ккал-664, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-73 | 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.