



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о. Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 10.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Согласовано:

Директор МБОУ Школа г.о. Самара



Выход (г)	Наименование блюда	кг, л, шт, (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (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	Каши 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

Брюнчукна Е.Н.