



ср 7

ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
Меню дневного рациона  
на 04.05.2026

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района  
Т.Н.Аврискина  
Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
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>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша кукурузная на воде с маслом растительным.	ккал-187, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-33	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200	Суп овощной	ккал-60, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
<b><u>Ужин</u></b>			
60	Рыба припущенная с луком,	ккал-46, Белки-10, Жиры-1	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, зеленый горошек	ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 712, Белки-50, Жиры-51, Углеводы-262	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля тор

Заведеева О.А.



Утверждаю  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
г.о.Самара



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
Меню дневного рациона  
на 05.05.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b>Завтрак 2</b>			
100	Напиток из вишни.	ккал-45, Углеводы-11	
<b>Обед</b>			
200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
70	Оладьи из печени с соусом томатным.	ккал-84, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-4	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b>Полдник</b>			
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<b>Ужин</b>			
50	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1	
150	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
200	Фрукты свежие	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 812, Белки-55, Жиры-48, Углеводы-290	<b>210-00</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

тор

*Заведеева О.А.*

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)

Меню дневного рациона  
на 06.05.2026



Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
г.о.Самара



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

Завтрак

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным.	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	

Завтрак 2

100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
-----	---------------	----------------------	--

Обед

200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	

Полдник

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	

Ужин

70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рагу овощное..	ккал-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	

Итого за день: ккал-1 651, Белки-54, Жиры-45,  
Углеводы-258

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
 Меню дневного рациона  
 на 08.05.2026



Утверждено:  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
 Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
 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>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
40	Биточки "Детские".	ккал-60, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-4	
130/30	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, свекла отварная	ккал-139, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
<b><u>Ужин</u></b>			
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Макароны отварные с маслом растительным .	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 708, Белки-48, Жиры-49, Углеводы-269	<b>210-00</b>

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
Меню дневного рациона  
на 12.05.2026

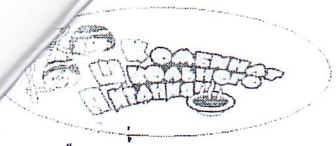
Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района  
Т.Н.Аврискина  
Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каши геркулесовая на воде с маслом подсолнечным.	ккал-165, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Суп картофельный с горохом с укропом	ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17	
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каши перловая рассыпчатая с маслом растительным, кукуруза консервированная	ккал-171, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29	
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<b><u>Полдник</u></b>			
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20	
200/9	Чай с сахаром, лимоном	ккал-34, Углеводы-8	
<b><u>Ужин</u></b>			
60	Рыба припущенная с луком,	ккал-46, Белки-10, Жиры-1	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, огурец консервированный.	ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Кисель из натурального сока	ккал-168, Углеводы-42	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 712, Белки-46, Жиры-49, Углеводы-274	<b>210-00</b>

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  Заведеева О.А.

л 1



Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района  
 Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
 Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
 г.о.Самара

ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
 Меню дневного рациона  
 на 13.05.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
40	Морковь припущенная с сахаром..	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом	ккал-105, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Макаронны отварные с маслом растительным .	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 705, Белки-48, Жиры-52, Углеводы-263	<b>210-00</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

*Заведеева О.А.*

Заведеева О.А.

ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
Меню дневного рациона  
на 14.05.2026



Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164. Белки-2, Жиры-5. Углеводы-28	
180	Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-238. Белки-6, Жиры-8. Углеводы-36	
180	Чай с сахаром.	ккал-29. Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Фрукты свежие	ккал-44. Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
15/200/	Суп картофельный с пшеном с рыбой и 1 зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3. Углеводы-12	
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7. Углеводы-6	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93. Белки-2. Жиры-4, Углеводы-12	
180	Сок фруктовый.	ккал-123. Белки-1, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65. Белки-3. Жиры-2. Углеводы-10	
40	Хлеб ржаной	ккал-89. Белки-3, Углеводы-19	
<u>Полдник</u>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164. Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток из изюма	ккал-95. Углеводы-23	
<u>Ужин</u>			
40	Биточки "Детские".	ккал-60. Белки-6. Жиры-3, Углеводы-4	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98. Белки-3. Жиры-4, Углеводы-12	
200	Чай со смородиной	ккал-39. Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97. Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	

**Итого за день:** ккал-1 607. Белки-42. Жиры-43,  
Углеводы-262

**210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Заведеева О.А.

тор



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ)  
Меню дневного рациона  
на 18.05.2026



Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
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>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200	Суп овощной	ккал-60, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
<b><u>Ужин</u></b>			
60	Рыба припущенная с луком, Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, зеленый горошек	ккал-46, Белки-10, Жиры-1	
150	Кисель из натурального сока.	ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Хлеб пшеничный..	ккал-132, Углеводы-33	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 729, Белки-54, Жиры-55, Углеводы-254	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
тор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
 Меню дневного рациона  
 на 19.05.2026



Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
 Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
 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>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье"Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<b><u>Ужин</u></b>			
50	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1	
150	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	

**Итого за день:** ккал-1 813, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-286 **210-00**

Зав.производством

*Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

*Заведеева О.А.*

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
г.о.Самара

Меню дневного рациона  
на 20.05.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	ккал-224, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-34	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рагу овощное..	ккал-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 725, Белки-57, Жиры-46, Углеводы-271	<b>210-00</b>

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
тор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
Меню дневного рациона  
на 25.05.2026



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
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>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным.	ккал-165, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Суп картофельный с горохом с укропом	ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17	
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным, кукуруза консервированная	ккал-171, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29	
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<b><u>Полдник</u></b>			
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20	
200/9	Чай с сахаром, лимоном	ккал-34, Углеводы-8	
<b><u>Ужин</u></b>			
60	Рыба припущенная с луком,	ккал-46, Белки-10, Жиры-1	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, огурец свежий	ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Кисель из натурального сока	ккал-168, Углеводы-42	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 711, Белки-46, Жиры-48, Углеводы-274	<b>210-00</b>

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
тор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)  
Меню дневного рациона  
на 26.05.2026



Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
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>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
40	Морковь припущенная с сахаром..	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом	ккал-105, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Макаронны отварные с маслом растительным .	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 705, Белки-48, Жиры-52, Углеводы-263	<b>210-00</b>

Зав.производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор  Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ ОДПО "ЦРО" г.о.Самара (БКМ, яйцо)

Меню дневного рациона  
на 27.05.2026

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района  
Т.Н.Аврискина  
Согласовано:  
Руководитель МБОУ ОДПО ЦРО  
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>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
180	Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
15/200/	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
1			
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<b><u>Полдник</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток из изюма	ккал-95, Углеводы-23	
<b><u>Ужин</u></b>			
40	Биточки "Детские".	ккал-60, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-4	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 607, Белки-42, Жиры-43, Углеводы-262	<b>210-00</b>

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Заведсева О.А.