

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ ШКОЛА № 73 Г.О. САМАРА



УТВЕРЖДАЮ

ООО "Кировский комбинат школьного питания"

Генеральный директор
должность



29.10.2025

Меню МБОУ ШКОЛА № 73 Г.О. САМАРА

Договоры: * Контракт 7469 ОВЗ (5-11) от 18.08.2025, * Контракт 7469 МГС (5-11) от 18.08.2025, * Контракт 7469 СВО (5-11) 2 СМЕНА от 18.08.2025, * Контракт 7469 СВО (5-11) от 18.08.2025, * Контракт 7469 (5-11) от 18.08.2025

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак 5-11

| | | | | |
|-------|-------|-------|--------|-----|
| 3,48 | 4,42 | | 54 | |
| 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 15 |
| 10,5 | 11,34 | 47,3 | 332,5 | 100 |
| 0,12 | 0,02 | 13,19 | 53,45 | 190 |
| 3,8 | 1,86 | 26,2 | 136,8 | 217 |
| 27,65 | 22,59 | 90,49 | 681,75 | 60 |

*Сыр (порциями) 15
Рыба, тушеная в томате с овощами 100
Каша рассыпчатая из гречневой крупы 190
Чай с лимоном 217 шк.
Батон "Школьный" 60*

Итого: 91,06

Обед 5-11

| | | | | |
|-------|-------|--------|--------|-----|
| 2,01 | 0,01 | 20,55 | 90,3 | 100 |
| 5,49 | 5,25 | 16,53 | 148,25 | 252 |
| 11,78 | 10,12 | 2,93 | 150 | 100 |
| 6,83 | 7,29 | 38,37 | 246 | 185 |
| 0,67 | 0,27 | 15,77 | 68,2 | 200 |
| 2,01 | 0,3 | 13,59 | 65,1 | 30 |
| 2,31 | 0,42 | 11,31 | 60,3 | 30 |
| 31,1 | 23,66 | 119,05 | 828,15 | |

Икра морковная 100
Суп картофельный с горохом, зелень 250/2
Бефстроганов из птицы 100
Макаронные изделия отварные с маслом 185
Напиток из плодов шиповника 200*шк.
Хлеб пшеничный 30
Хлеб ржано-пшеничный 30

Итого: 127,49

Полдник 5-ІІ

| | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-----|
| 19,58 | 14,35 | 29,15 | 324 | |
| 1 | | 20,2 | 84,8 | 160 |
| 20,58 | 14,35 | 49,35 | 408,8 | 200 |

Пудинг из творога с рисом с соусом молочным (сладким)
160
*Сок фруктовый 200**

79,33 60,6 258,89 1 918,7

Итого: 56,82

Сапрыкина Марина Анатольевна

Фролова Татьяна Михайловна