

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

29 сентября 2025

СОГЛАСОВАНО
 Директор Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средняя общеобразовательная школа № 22 города Сызрань городского округа Сызрань Самарской обл.



Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
<u>Завтрак 5-11 классы СВО</u>					
1,05	0,84	4,68	30,3	Кукуруза консервированная	030
5,521	7,124	2,203	96,124	Сосиски отварные с соусом	100
6,437	5,117	46,011	244,528	Макаронные изделия отварные	180
0,2	0,051	15,01	57,267	Чай с сахаром	200
1,9	0,25	12,425	56,5	Хлеб пшеничный	025
1,378	0,25	8,02	47,5	Хлеб ржаной	025
16,486	13,632	88,349	534,219		
<u>Обед 5-11 классы СВО</u>					
1,118	10,076	11,01	137,23	Салат из моркови с чесноком	100
5,933	5,378	23,215	159,475	Суп картофельный с горохом	250
12,895	9,188	5,094	207,5	Стейк(Шницель) из курицы с соусом	100
4,316	6,321	19,838	148,28	Капуста тушеная	180
0,878		32,139	126,104	Компот из сухофруктов	180
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,624	67	Хлеб ржаной	030
29,073	31,533	115,83	903,389		
<u>Полдник 5-11 классы СВО</u>					
6,37	8,33	29,32	217	Булочка Загадка	100
1		23,4	94	Сок фруктовый, (1 шт)	200
7,37	8,33	52,72	311		

Стоимость комплекса 1 смена (завтрак, обед) (руб.): 219.66

Стоимость комплекса 2 смена (обед, полдник) (руб.): 185.25

АО "Комбинат питания"

Главный технолог _____
 Бухгалтер-калькулятор _____

Берген И. З.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средняя общеобразовательная школа №22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.

Воронин А. Н.

30 сентября 2025

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ЮКал		

Завтрак 5-11 классы СВО					
3,58	3,5		47,4	Сыр порциями	016
12,666	13,568	12,404	175,92	Биточки с соусом	100
4,641	6,261	50,163	262,845	Рис отварной	180
0,283	0,061	15,262	58,437	Чай с лимоном	207
1,9	0,25	12,428	66,5	Хлеб пшеничный	025
1,378	0,25	8,02	47,5	Хлеб ржаной	025
24,427	23,878	98,274	649,602		

Обед 5-11 классы СВО					
0,785	5,994	8,423	89,441	Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	100
4,217	6,528	14,562	117,2	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	260
19,348	16,638	29,823	346,536	Пельмени отварные с бульоном	220
1,824		44,343	176,44	Компот из кураги	200
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,624	57	Хлеб ржаной	030
30,205	29,73	121,685	654,417		

Полдник 5-11 классы СВО					
1		23,4	94	Сок фруктовый, (1 шт)	200
4,6	5,6		72	Сыр порциями	025
3,96	0,5	25,06	118	Батон	050
9,55	6,3	49,35	284		

Стоимость комплекса 1 смена (завтрак, обед) (руб.): 219.66

Стоимость комплекса 2 смена (обед, полдник) (руб.): 185.25

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Подсолова Е. В.

Бухгалтер-калькулятор

Берген Н. З.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.

СОГЛАСОВАНО

Воронин А. Н.

01 октября 2025

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

М.П.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак 5-11 классы СВО					
0,84		0,39	4,83	Огурцы консервированные	030
11,34	13,666	12,404	175,92	Биточки из минтая с овощами с соусом	100
3,816	5,396	31,644	185,04	Картофельное пюре	180
0,08		33,552	127,78	Компот из свежих яблок	200
1,9	0,25	12,425	56,5	Хлеб пшеничный	025
1,378	0,25	6,02	47,5	Хлеб ржаной	025
19,454	19,462	98,435	597,55		

Обед 5-11 классы СВО					
1,615	8,995	10,28	145,55	Салат из свеклы отварной	100
2,84	2,673	23,945	125,525	Суп картофельный с макаронными изделиями	250
14,671	16,213	40,528	382,073	Плов из Говядины	200
0,2	0,051	15,01	57,267	Чай с сахаром	200
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,824	57	Хлеб ржаной	030
23,259	28,502	114,277	815,215		

Полдник 5-11 классы СВО					
1		23,4	94	Сок фруктовый, (1 шт)	200
3,98	12,38	36,44	160	Вафли	050
4,98	12,38	59,84	254		

Стоимость комплекса 1 смена (завтрак, обед) (руб.): 219.66

Стоимость комплекса 2 смена (обед, полдник) (руб.): 185.25

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Бухгалтер-калькулятор

Подрезова Е. В.

Берген Н. З.

УТВЕРЖДАЮ



Директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

02 октября 2025

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средняя общеобразовательная школа № 22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.

Подпись: *Воронин А. Н.*

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

<u>Завтрак 5-11 классы СВО</u>					
0,93	0,6	2,13	12,3	Горошек зеленый консервированный	030
11,358	13,886	12,415	178,02	Голубцы ленивые с соусом	100
6,437	5,117	46,011	244,528	Макаронные изделия отварные	180
1		23,4	94	Сок фруктовый	200
1,9	0,28	12,425	58,5	Хлеб пшеничный	025
1,378	0,26	8,02	47,5	Хлеб ржаной	025
23	19,783	104,401	630,640		

<u>Обед 5-11 классы СВО</u>					
1,945	8,321	9,142	132,845	Винегрет овощной(огурцы консерв.)	100
2,181	6,538	10,829	104,325	Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	260
13,301	12,414	15,784	200,754	ЕЖИКИ в соусе	100
8,715	8,46	32,561	278,971	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,72		24,273	96,705	Напиток из шиповника	180
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,624	57	Хлеб ржаной	030
30,785	34,303	117,223	938,41		

<u>Полдник 5-11 классы СВО</u>					
1		23,4	94	Сок фруктовый, (1 шт)	200
6,37	8,33	29,32	217	Пирожки с яблоками	090
7,37	8,33	52,72	311		

Стоимость комплекса 1 смена (завтрак, обед) (руб.): 219.66Стоимость комплекса 2 смена (обед, полдник) (руб.): 185.25

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Бухгалтер-калькулятор

Подпись: *Подрезова Е. В.*

Берен Н. З.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

03 октября 2025

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средняя общеобразовательная школа № 22 г.Сызрань городского округа Сызрань Самарской обл.

Зегинаева И.В. Зегинаева И.В.

М.П.

Исходная ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак 5-11 классы СВО

0,6		14,7	57	Яблоки	150
6,209	6,477	38,848	314,077	Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	210
0,243	0,048	13,781	53,71	Чай с лимоном	187
3,98	0,5	25,95	118	Батон	050
10,002	7,023	93,259	542,787		

Обед 5-11 классы СВО

1,55	5,005	9,951	89,292	Салат из белокочанной капусты	100
2,785	8,61	20,3	142,815	Рассольник ленинградский, сметаной	260
11,34	13,568	52,404	175,92	Котлеты Куриные с соусом	100
4,41	13,703	42,264	300,015	Картофель и овощи тушеные	180
0,878		32,139	126,104	Компот из сухофруктов	180
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,624	57	Хлеб ржаной	030
24,896	39,454	141,592	958,946		

Полдник 5-11 классы СВО

5	1,5	3,5	51	Йогурт	100
3,75	5,9	37,2	208,5	Печенье	50
8,75	7,4	40,7	259,5		

Стоимость комплекса 1 смена (завтрак, обед) (руб.): 219.66

Стоимость комплекса 2 смена (обед, полдник) (руб.): 185.25

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Подрезова Е. В.

Бухгалтер-калькулятор

Берген И. З.