

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

20 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.



М.П.

Питательная ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

<u>Завтрак 5-11 классы СВО</u>					
6,352	5,016	26,23	176,44	Горячий бутерброд Пикантный	065
10,598	7,324	31,238	210,936	Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом,сахаром	260
0,8	7,55	15,07	131,5	Печенье	2
3,58	2,728	17,07	138	Какао растворимый	200
21,33	22,618	89,808	655,876		

<u>Обед 5-11 классы СВО</u>					
1,615	8,995	10,26	145,55	Салат из свеклы отварной	100
2,536	2,95	18,985	102,638	Суп картофельный с клецками	250
13,301	12,414	15,784	200,754	ЁЖИКИ в соусе	100
17,358	8,908	48,015	312,349	Пюре из гороха	180
0,13		22,075	86,328	Напиток лимонный	180
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,853	0,3	9,824	67	Хлеб ржаной	030
38,873	33,837	137,633	972,429		

<u>Полдник 5-11 классы СВО</u>					
1		23,4	94	Сок фруктовый, (1 шт)	200
4,6	5,8		72	Сыр порциями	025
3,95	0,5	25,95	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

Бухгалтер-калькулятор

Подпись Е. В.

Берген И. З.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

21 октября 2025

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

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

СОГЛАСОВАНО



В.В. Воронин

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак 5-11 классы СВО					
0,21		0,54	3	Огурцы порционно	030
11,54	13,566	12,404	175,92	Котлеты Куриные с соусом	100
8,715	6,48	32,561	278,971	Каша гречневая рассыпчатая	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	8,02	47,5	Хлеб ржаной	025
23,623	20,528	99,502	689,651		

Обед 5-11 классы СВО					
1,945	8,321	9,142	132,845	Винегрет овощной(огурцы консерв.)	100
4,4	3,383	20,29	124,226	Уха	250/12
7,201	9,414	11,784	158,764	Палочки с крупой с соусом	100
6,437	5,117	46,011	244,528	Макаронные изделия отварные	180
0,243	0,048	13,761	53,71	Чай с лимоном	187
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,824	57	Хлеб ржаной	030
24,159	26,831	125,522	638,872		

Полдник 5-11 классы СВО					
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"

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

22 октября 2025

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

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

М.П.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак 5-11 классы СВО					
1,4		0,65	8,05	Помидоры консервированные	050
19,366	16,639	29,931	397,031	Пельмени отварные с бульоном	280
0,2	0,051	15,01	67,267	Чай с сахаром	200
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,624	57	Хлеб ржаной	030
24,899	17,26	70,125	587,148		

Обед 5-11 классы СВО					
0,803	7,75	14,464	149	Салат из моркови и яблок	100
4,217	6,528	14,562	117,2	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	260
12,665	13,566	12,404	175,92	Биточки с соусом	100
3,916	5,396	31,644	185,04	Картофельное пюре	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
26,462	33,61	129,747	878,064		

Полдник 5-11 классы СВО					
1		23,4	94	Сок фруктовый, (1 шт)	200
3,98	12,38	36,44	160	Вафли	050
4,96	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  Пиварева Е. В.
 Бухгалтер-калькулятор  Берген Н. И.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

23 октября 2025

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

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

М.П.



СОГЛАСОВАНО

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак 5-11 классы СВО					
1,12		0,52	6,44	Огурцы консервированные	040
17,996	17,934	54,034	433,536	Плов из Говядины	250
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	9,624	57	Хлеб ржаной	030
23,249	18,555	94,096	622,043		

Обед 5-11 классы СВО					
1,55	5,005	9,951	89,292	Салат из белокочанной капусты	100
5,933	5,378	23,215	159,475	Суп картофельный с горохом	250
11,34	12,566	12,404	175,92	Котлеты из минтая с соусом	100
4,41	13,703	42,264	300,016	Картофель и овощи тушеные	180
0,9		21,05	84,6	Сок фруктовый	180
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,624	57	Хлеб ржаной	030
28,066	38,222	133,428	934,102		

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

Бухгалтер-калькулятор

Подрезова Е. В.

Берген Н. Э.

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

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

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

24 октября 2025

М.П.

Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань СВО

Пищевая ценность

Наименование блюда

Жиры Углеводы ККал

Выход

Завтрак 5-11 классы СВО

0,6	2,7	2,58	38,6	Икра кабачковая(порционно)	030
12,896	9,188	5,094	207,5	Стейк(Шницель) из курицы с соусом	100
6,437	5,117	48,011	244,528	Макаронные изделия отварные	180
1,924		44,343	175,44	Компот из кураги	200
1,9	0,25	12,425	56,5	Хлеб пшеничный	025
1,378	0,25	8,02	47,5	Хлеб ржаной	025
25,134	17,505	118,473	769,068		

Обед 5-11 классы СВО

1,076	9,148	4,966	104,362	Салат Степной	100
3,893	4,408	13,113	95,533	Суп из овощей	250
7,201	9,414	11,784	158,784	Тефтели с соусом	100
4,641	6,251	50,163	262,845	Рис отварной	180
0,243	0,046	13,781	53,71	Чай с лимоном	187
2,28	0,27	14,91	67,8	Хлеб пшеничный	030
1,653	0,3	9,624	57	Хлеб ржаной	030
20,987	29,845	118,324	800,014		

Полдник 5-11 классы СВО

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.): 219.66

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

АО "Комбинат питания"

Главный технолог  Подрезова Е. В.
Бухгалтер-калькулятор  Берген И. И.