

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

05 ноября 2025

СОГЛАСОВАНО

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

М.П.

# Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань Многодетные

| Пищевая ценность                  |        |          |         | Наименование блюда           | Выход |
|-----------------------------------|--------|----------|---------|------------------------------|-------|
| Белки                             | Жиры   | Углеводы | ККал    |                              |       |
| Завтрак 5-11 классы Многодетные   |        |          |         |                              |       |
| 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    | 57,267  | Чай с сахаром                | 200   |
| 2,28                              | 0,27   | 14,91    | 67,8    | Хлеб пшеничный               | 030   |
| 2,28                              | 0,27   | 14,91    | 67,8    | Хлеб пшеничный               | 030   |
| 25,526                            | 17,23  | 75,411   | 597,948 | Итого                        | 590   |
| Стоимость комплекса (руб.): 91.52 |        |          |         |                              |       |

|                                     |        |         |         |                                           |     |
|-------------------------------------|--------|---------|---------|-------------------------------------------|-----|
| <b>Обед 5-11 классы Многодетные</b> |        |         |         |                                           |     |
| 0,853                               | 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                              | 33,81  | 129,747 | 878,064 | Итого                                     | 880 |
| Стоимость комплекса (руб.): 128.14  |        |         |         |                                           |     |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ /Подрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Берген И. З./



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

06 ноября 2025

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



СОГЛАСОВАНО

М.П.

## Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань Многодетные

|                                   |        |          |         |                         |       |
|-----------------------------------|--------|----------|---------|-------------------------|-------|
| Пищевая ценность                  |        |          |         | Наименование блюда      | Выход |
| Белки                             | Жиры   | Углеводы | ККал    |                         |       |
| Завтрак 5-11 классы Многодетные   |        |          |         |                         |       |
| 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 | 94,098   | 622,043 | Итого                   | 550   |
| Стоимость комплекса (руб.): 91.52 |        |          |         |                         |       |

|                                     |        |        |         |                               |     |
|-------------------------------------|--------|--------|---------|-------------------------------|-----|
| <b>Обед 5-11 классы Многодетные</b> |        |        |         |                               |     |
| 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 |
| 10,384                              | 7,518  | 12,206 | 129,098 | Котлеты из минтая с соусом    | 100 |
| 4,41                                | 13,703 | 42,264 | 300,015 | Картофель и овощи тушеные     | 180 |
| 0,9                                 |        | 21,06  | 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 |
| 27,11                               | 32,174 | 133,23 | 887,28  | Итого                         | 870 |
| Стоимость комплекса (руб.): 128.14  |        |        |         |                               |     |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ /Подрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

07 ноября 2025

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

СОГЛАСОВА

М.П.

# Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань Многодетные

| Пищевая ценность                              |        |          |         | Наименование блюда                              | Выход             |
|-----------------------------------------------|--------|----------|---------|-------------------------------------------------|-------------------|
| Белки                                         | Жиры   | Углеводы | ККал    |                                                 |                   |
| <b><u>Завтрак 5-11 классы Многодетные</u></b> |        |          |         |                                                 |                   |
| 0,6                                           | 2,7    | 2,58     | 36,6    | <b><i>Икра кабачковая(порционно)</i></b>        | <b><i>030</i></b> |
| 12,895                                        | 9,188  | 5,094    | 207,5   | <b><i>Стейк(Шницель) из курицы с соусом</i></b> | <b><i>100</i></b> |
| 6,437                                         | 5,117  | 46,011   | 244,528 | <b><i>Макаронные изделия отварные</i></b>       | <b><i>180</i></b> |
| 1,924                                         |        | 44,343   | 176,44  | <b><i>Компот из кураги</i></b>                  | <b><i>200</i></b> |
| 1,9                                           | 0,25   | 12,425   | 56,5    | <b><i>Хлеб пшеничный</i></b>                    | <b><i>025</i></b> |
| 1,378                                         | 0,25   | 8,02     | 47,5    | <b><i>Хлеб ржаной</i></b>                       | <b><i>025</i></b> |
| 25,134                                        | 17,505 | 118,473  | 769,068 | <b>Итого</b>                                    | <b>560</b>        |
| <b>Стоимость комплекса (руб.): 9</b>          |        |          |         |                                                 |                   |

|                                     |        |         |         |                  |     |
|-------------------------------------|--------|---------|---------|------------------|-----|
| <b>Обед 5-11 классы Многодетные</b> |        |         |         |                  |     |
| 1,076                               | 9,148  | 4,969   | 104,362 | Салат Степной    | 100 |
| 3,893                               | 4,406  | 13,113  | 95,533  | Суп из овощей    | 250 |
| 7,201                               | 9,414  | 11,784  | 158,764 | Тефтели с соусом | 100 |
| 4,641                               | 6,261  | 50,163  | 262,845 | Рис отварной     | 180 |
| 0,243                               | 0,046  | 13,761  | 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 | Итого            | 877 |
| Стоимость комплекса (руб.): 12      |        |         |         |                  |     |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_/Подрезова  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_/Берген