

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 12 лет и старше
Меню дневного рациона на 03.09.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

Для

МБОУ Школа № 102

Б.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

ДОКУМЕНТ

Е.Н. Брюнчугина

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

Завтрак

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
250/10	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-293, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41	
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12	
70	Хлеб пшеничный . .	ккал-227, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-34	
550	Итого за Завтрак	ккал-635, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-87	95-46

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12	
180	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий.	ккал-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника..	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	Итого за Обед	ккал-896, Белки-24, Жиры-40, Углеводы-110	133-65

Обед №2

250/1	Суп картофельный с пшеном и укропом.	ккал-110, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-20	
100	Филе куриное тушёное с томатным соусом	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным..	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
831	Итого за Обед №2	ккал-864, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-122	133-65

Зав. производством

М.П.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Отклонений от типового меню нет.
Методический по питанию Т.А. Е.С. Павлова
31.08.2026