

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 05.02.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Авдеевская

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

Завтрак

|     |                                                        |                                          |              |
|-----|--------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------|
| 200 | Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 |              |
| 200 | Чай с сахаром.                                         | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 40  | Хлеб пшеничный.                                        | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22   |              |
| 60  | Яблоки свежие                                          | ккал-27, Углеводы-6                      |              |
| 500 | <b>Итого за Завтрак</b>                                | ккал-572, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-74 | <b>85-00</b> |

Обед

|          |                                              |                                           |               |
|----------|----------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------|
| 10/200/1 | Суп картофельный с пишеном с рыбой с зеленью | ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16    |               |
| 100      | "Гнездышки" куриные с соусом томатным..      | ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7    |               |
| 153      | Пюре гороховое с маслом, лук зелёный         | ккал-244, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34   |               |
| 200      | Напиток из апельсинов.                       | ккал-67, Углеводы-17                      |               |
| 60       | Хлеб пшеничный                               | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |               |
| 30       | Хлеб ржаной .                                | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |               |
| 754      | <b>Итого за Обед</b>                         | ккал-843, Белки-46, Жиры-20, Углеводы-120 | <b>114-91</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.