



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 12 лет и старше 4 д

Меню дневного рациона на 05.06.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
10	Масло порционнo	ккал-66, Жиры-7		
200/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-441, Белки-25, Жиры-14, Углеводы-54		
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11		
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15		
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10		
560	Итого за Завтрак	ккал-675, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-90		
<u>Обед</u>				
12,5/25 0/5/1	Борщ с капустой, картофелем, мясом, сметаной и зеленью.	ккал-139, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-11		
100	Рыба запечённая со сметанным соусом.	ккал-155, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5		
180	Рис отварной с маслом и томатом свежим	ккал-175, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28		
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18		
80	Хлеб пшеничный	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48		
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20		
888,5	Итого за Обед	ккал-908, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-130		
	Итого за день	ккал-1 583, Белки-59, Жиры-50, Углеводы-220	115-27	237-37

Генеральный
директор

Аврискина Т.Н.

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

