



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 12 лет и старше
Меню дневного рациона на 06.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.А. Авреськина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Е.Н. Брюнчугина

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

Завтрак

290	Плов с мясом, огурец консервированный	ккал-469, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-55	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
550	Итого за Завтрак	ккал-695, Белки-17, Жиры-26, Углеводы-98	97-00

Обед

250/1	Суп картофельный с горохом на курином бульоне и зелению	ккал-150, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-22	
100	"Колбаски" куриные с соусом.	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11	
180	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	ккал-141, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-19	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
851	Итого за Обед	ккал-817, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-124	133-00

Полдник

150	Ватрушка с повидлом...	ккал-377, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-72	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	Итого за Полдник	ккал-493, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-81	60-00

Полдник СВО

150	Ватрушка с повидлом...	ккал-377, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-72	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник СВО	ккал-421, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-83	48-54

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.