ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 11.11.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

И.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Е.Н.Емельянов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. 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-333, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-40	
211	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
40	*Хлеб пшеничный.*	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
100	*Десерт фруктовый.*	ккал-44, Углеводы-10	
551	**Итого за Завтрак**	ккал-552, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-80	*95-46*
	Обед		
250/1	*Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.*	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
100	*Биточки "Школьные" с соусом томатным*	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
180	*Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, икра из свеклы*	ккал-176, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24	
200	*Напиток из сухофруктов.*	ккал-53, Углеводы-13	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
821	**Итого за Обед**	ккал-757, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-98	*133-65*
	Обед №2		
250/35/1	*Суп картофельный с пельменями мясными и укропом*	ккал-145, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23	
100	*Рыба тушёная в томате с овощами*	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	*Рис отварной с маслом .*	ккал-229, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-38	
200	*Компот из изюма..*	ккал-77, Углеводы-19	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
846	**Итого за Обед №2**	ккал-836, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-120	*133-65*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.