ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 12.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аврискина

Согласовано:

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
20	*Сыр порционно.*	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
250/10	*Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным..*	ккал-348, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-46	
200	*Какао напиток с молоком.*	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
70	*Хлеб пшеничный . .*	ккал-227, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-34	
550	**Итого за Завтрак**	ккал-778, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-101	*95-46*
	Обед		
250/1	*Суп картофельный с вермишелью и укропом.*	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
280	*Плов с мясом, огурцы свежие*	ккал-454, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-54	
200	*Напиток из плодов шиповника..*	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
60	*Ржаной хлеб*	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
851	**Итого за Обед**	ккал-1 028, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-151	*133-65*
	Обед №2		
200/5/1	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом*	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11	
100	*Мясо тушёное с соусом.*	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
180	*Макароны отварные с маслом сливочным, икра кабачковая*	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	*Напиток из апельсинов.*	ккал-67, Углеводы-17	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
776	**Итого за Обед №2**	ккал-925, Белки-29, Жиры-42, Углеводы-109	*133-65*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.