ООО "Комбинат школьного питания"

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

вареники

Меню дневного рациона на 12.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
	Завтрак			
100	*Мясо тушёное с соусом.*	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3		
200	*Вермишель отварная с маслом сливочным*	ккал-240, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-39		
209/4,5	*Чай со смородиной*	ккал-39, Углеводы-10		
40	*Хлеб пшеничный.*	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20		
553,5	**Итого за Завтрак**	ккал-658, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-71	*33-80*	*95-46*
	Обед			
100	*Салат из белокочанной капусты с морковью*	ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9		
250	*Суп с рыбными консервами*	ккал-143, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-20		
100	*Ёжики мясные с томатным соусом..*	ккал-132, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-10		
180	*Пюре гороховое .*	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40		
200	*Напиток из плодов шиповника..*	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18		
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25		
40	*Хлеб ржаной*	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19		
920	**Итого за Обед**	ккал-983, Белки-45, Жиры-27, Углеводы-140	*62-67*	*133-65*
	Обед №2			
250/1	*Рассольник Ленинградский с зеленью укропа*	ккал-113, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15		
100	*Сосиска отварная с соусом*	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3		
180	*Картофельное пюре с маслом.*	ккал-159, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-22		
200	*Напиток из апельсинов.*	ккал-67, Углеводы-17		
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25		
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13		
811	**Итого за Обед №2**	ккал-726, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-95	*44-75*	*133-65*

Генеральный директор _____ Аврискина Т.

Зав. производством _____ Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор _____ Брюнчугина Е.Н.