



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 102 г. Самара с 7 до 11 лет  
Меню дневного рациона на 13.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

 Т.Н. Арискина

 Е.Н. Брюнчугина

| Выход (г) | Наименование блюда | эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|       |                                                               |                                          |       |
|-------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 10    | Сыр порционно                                                 | ккал-34, Белки-3, Жиры-3                 |       |
| 200/5 | Каша пшеничная вязкая молочная с<br>тыквой и маслом сливочным | ккал-239, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-37   |       |
| 200   | Какао напиток с молоком.                                      | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21   |       |
| 50    | Яблоки свежие                                                 | ккал-22, Углеводы-5                      |       |
| 35    | Хлеб пшеничный ..                                             | ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19   |       |
| 500   | Итого за Завтрак                                              | ккал-535, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-82 | 90-00 |

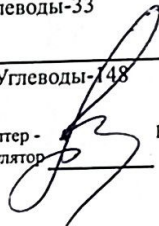
Обед

|       |                                                         |                                           |        |
|-------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 60    | Салат из белокочанной капусты с<br>морковью             | ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5      |        |
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью на<br>бульоне и укропом.. | ккал-148, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18    |        |
| 250   | Плов из птицы..                                         | ккал-429, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54  |        |
| 200   | Напиток из плодов шиповника.                            | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |        |
| 60    | Хлеб пшеничный                                          | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 30    | Хлеб ржаной .                                           | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 801   | Итого за Обед                                           | ккал-976, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-148 | 115-00 |

Зав. производством

 Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

 Брюнчугина Е.Н.