



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет  
Меню дневного рациона на 14.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
250	Плов с мясом, овощами консервированный	ккал-423, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-619, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-86	<b>85-00</b>
<b>Обед</b>			
200/1	Суп картофельный с горохом на курином бульоне и зелены.	ккал-128, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-17	
100	"Колбаски" куриные с соусом.	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11	
150	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	ккал-131, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
741	<b>Итого за Обед</b>	ккал-727, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-114	<b>114-91</b>
<b>Полдник</b>			
100	Ватрушка с повидлом.	ккал-319, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-65	
200/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
307	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-365, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-76	<b>39-46</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - Брюнчугина Е.Н.  
калькулятор