ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 14.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
60	*Омлет натуральный .*	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
180/15/6	*Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным*	ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41	
200/3,5	*Чай с лимоном и сахаром.*	ккал-46, Углеводы-11	
40	*Хлеб пшеничный.*	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
504,5	**Итого за Завтрак**	ккал-562, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-73	85-00
	Обед		
200/1	*Суп картофельный с горохом с укропом.*	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	
100	*Рыба по-самарски тушеная с овощами*	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
150	*Рис отварной с маслом, огурец консервированный*	ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28	
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	
741	**Итого за Обед**	ккал-768, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-104	114-91

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.