



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 18.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Е.Н. Брюнчугина

Выход (г)	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	---	-------------------------

Завтрак

100	"Колбаски" куриные с томатным соусом..	ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Батон пшеничный	ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3	
513,5	Итого за Завтрак	ккал-497, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-59	

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
250	Мясо духовое, огурец свежий	ккал-428, Белки-9, Жиры-33, Углеводы-24	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
796	Итого за Обед	ккал-874, Белки-23, Жиры-46, Углеводы-93	

Полдник

100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-464, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-74	
	Итого за день	ккал-1 834, Белки-50, Жиры-73, Углеводы-227	294-37

Зав. производством

С.И.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Брюнчугина Е.Н.