ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 19.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" ВП Апрелкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 12 лет и старше Е.Н. Емцарова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
10	*Сыр порционно*	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	*Яйцо вареное*	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/5	*Каша пшённая вязкая молочная с тыквой, с маслом.*	ккал-335, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-54	
200	*Чай с молоком и сахаром*	ккал-70, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13	
45	*Хлеб пшеничный*	ккал-146, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22	
550	**Итого за Завтрак**	ккал-648, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-89	*95-46*
	Обед		
250/5/1	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.*	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	*Шницель "Деликатесный" с соусом томатным*	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	*Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая*	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	*Напиток клюквенный Школьный*	ккал-62, Углеводы-15	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	*Хлеб ржаной*	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	**Итого за Обед**	ккал-868, Белки-25, Жиры-32, Углеводы-120	*133-65*
	Обед №2		
20/250/1	*Суп картофельный с пшеном, с рыбой и укропом .*	ккал-131, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-20	
280	*Плов из птицы, кукуруза консервированная .*	ккал-439, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-59	
200	*Напиток из плодов шиповника..*	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
841	**Итого за Обед №2**	ккал-932, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-140	*133-65*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.