ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 20.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Хрискина

Согласовано:

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
5	*Масло порционно.*	ккал-33, Жиры-4	
100	*Сосиска отварная с соусом*	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
200	*Рис отварной с маслом, кукуруза консервированная*	ккал-240, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-40	
200/3,5	*Чай с лимоном и сахаром.*	ккал-43, Углеводы-11	
45	*Хлеб пшеничный*	ккал-146, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22	
553,5	**Итого за Завтрак**	ккал-597, Белки-17, Жиры-25, Углеводы-76	*95-46*
	Обед		
250/1	*Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа*	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
100	*Котлеты рыбные с соусом томатным..*	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
180	*Картофельное пюре с маслом, томат свежий.*	ккал-120, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	
200	*Напиток из апельсинов.*	ккал-67, Углеводы-17	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	*Хлеб ржаной*	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
831	**Итого за Обед**	ккал-748, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-112	*133-65*
	Обед №2		
250/1	*Суп картофельный с горохом и зеленью.*	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	*Печень по-строгановски с соусом.*	ккал-145, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-8	
180	*Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным*	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46	
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	
821	**Итого за Обед №2**	ккал-870, Белки-36, Жиры-24, Углеводы-128	*133-65*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.