ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 22.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Харискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Е.Н.Емшарова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
100	*"Гнездышки" куриные с соусом томатным..*	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
200	*Вермишель отварная с маслом сливочным*	ккал-240, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-39	
200	*Чай с молоком и сахаром*	ккал-70, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
550	**Итого за Завтрак**	ккал-649, Белки-33, Жиры-21, Углеводы-84	*95-46*
	Обед		
10/250/1	*Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом..*	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	*Ёжики мясные с томатным соусом..*	ккал-132, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-10	
180	*Пюре гороховое .*	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
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	
841	**Итого за Обед**	ккал-906, Белки-41, Жиры-22, Углеводы-135	*133-65*
	Обед №2		
250/1	*Рассольник Ленинградский с зеленью укропа*	ккал-113, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
100	*Сосиска отварная с соусом*	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
180	*Картофельное пюре с маслом.*	ккал-159, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-22	
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	
821	**Итого за Обед №2**	ккал-769, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-102	*133-65*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.