

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 23.05.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП" *Т.И. Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара *Е.Н. Бронцугина*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

250	Плов с мясом, огурец свежий	ккал-423, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
500	Итого за Завтрак	ккал-625, Белки-17, Жиры-26, Углеводы-82	85-00

Обед

200/1	Суп картофельный с горохом с укропом.	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	
100	"Колбаски" куриные с соусом.	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11	
150	Рагу из овощей.	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
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-764, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-105	114-91

Полдник

100	Ватрушка с повидлом.	ккал-319, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-65	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-435, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-74	39-46

Зав. производством *Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор *Е.Н. Бронцугина*

Бронцугина Е.Н.