



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 23.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

С.М. Т.Н. Курискина

Е.Н. Брюнчугина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
280	Каша гречневая рассыпчатая с молоком.	ккал-274, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-36	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Батон пшеничный.	ккал-208, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30	
550	Итого за Завтрак	ккал-593, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-77	
Обед			
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой с зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
180	Рагу из овощей.	ккал-164, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-18	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-260, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-39	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
881	Итого за Обед	ккал-1 047, Белки-44, Жиры-33, Углеводы-143	
	Итого за день	ккал-1 640, Белки-64, Жиры-56, Углеводы-220	244-58

Зав. производством

С.М. Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Е.Н. Брюнчугина Е.Н.