



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет 8 д  
Меню дневного рациона на 24.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Авдеева

Для

документов

| Выход (г) | Наименование блюда | энерг. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|

Завтрак

|        |                                          |                                          |  |
|--------|------------------------------------------|------------------------------------------|--|
| 10     | Масло порционно                          | ккал-66, Жиры-7                          |  |
| 250    | Плов из птицы с огурцом консервированным | ккал-386, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50 |  |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном                  | ккал-46, Углеводы-11                     |  |
| 30     | Батон пшеничный                          | ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15    |  |
| 500    | Итого за Завтрак                         | ккал-577, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-77 |  |

Обед

|         |                                                       |                                           |  |
|---------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--|
| 250/5/1 | Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа | ккал-143, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-20    |  |
| 250     | Рыба запеченная с картофелем со сметанным соусом      | ккал-362, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-20  |  |
| 200     | Компот из сухофруктов.                                | ккал-72, Углеводы-18                      |  |
| 60      | Хлеб пшеничный                                        | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |  |
| 40      | Хлеб ржаной                                           | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19             |  |
| 806     | Итого за Обед                                         | ккал-848, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-113 |  |

Полдник

|     |                              |                                        |  |
|-----|------------------------------|----------------------------------------|--|
| 100 | Крендель Сахарный.           | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 |  |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17                   |  |
| 300 | Итого за Полдник             | ккал-359, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-77 |  |

Итого за день ккал-1 784, Белки-54, Жиры-56, Углеводы-267 286-87

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.