

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о. Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 25.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *Л.А. Власкина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара *С.Н. Бешаров*

Выход (г)	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--	-------------------------------

Завтрак

200	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким	ккал-411, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-46	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
550	Итого за Завтрак	ккал-651, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-94	97-00

Обед

10/250/	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
180	Пюре гороховое с томатом свежим	ккал-250, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
841	Итого за Обед	ккал-894, Белки-47, Жиры-21, Углеводы-130	133-00

Обед №2

250	Суп молочный с рисовой крупой.	ккал-145, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
100	Филе куриное тушёное со сметанным соусом.	ккал-169, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-3	
180	Картофель отварной.	ккал-126, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-27	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
820	Итого за Обед №2	ккал-788, Белки-32, Жиры-20, Углеводы-120	133-00

Зав. производством *М*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор *Б*

Брюнчук Е.Н.