



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 27.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Е.В. Биезаров

Выход (г)	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--	-------------------------

Завтрак

5	Масло порционное.	ккал-33, Жиры-4	
10	Сыр порционный	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
200/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-259, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
50	Яблоки свежие	ккал-23, Углеводы-5	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-94, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
500	Итого за Завтрак	ккал-573, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-79	90-00

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200/1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне и укропом..	ккал-148, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
250	Плов из птицы.	ккал-120, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-134, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-576, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-148	115-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брончугина Е.Н.