



## ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 93 г.о.Самара для возрастной категории с  
12 лет и старше

Меню дневного рациона на 24.01.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
80	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом	ккал-126, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
60	Апельсин	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-509, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-79	<b>95-46</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	<b>Итого за Обед</b>	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114	<b>133-65</b>
<b>Полдник</b>			
150	Гребешок " Школьный".	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
357	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72	<b>59-57</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.