



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 20.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

[Signature]

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)
Завтрак			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
280	Плов из птицы, огурцы консервированные.	ккал-438, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-57	
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
555	Итого за Завтрак	ккал-702, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-102	95-46
Обед			
250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-79, Углеводы-20	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	Итого за Обед	ккал-944, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-135	133-65
Полдник			
150	Ватрушка с творогом.	ккал-385, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-49	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник	ккал-430, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-60	59-57

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.

[Signature]

[Signature]