



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 28.04.2026

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) |
|-----------|---------------------|---|-------------------------|
|-----------|---------------------|---|-------------------------|

Завтрак

| | | | |
|-----|---|---|--------------|
| 5 | Масло порционно. | ккал-33, Жиры-4 | |
| 100 | Сосиска отварная с соусом | ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3 | |
| 200 | Рис отварной с маслом, кукуруза консервированная. | ккал-240, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-40 | |
| 200 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 45 | Хлеб пшеничный | ккал-146, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22 | |
| 550 | Итого за Завтрак | ккал-598, Белки-17, Жиры-25, Углеводы-77 | 95-46 |

Обед

| | | | |
|-------|--|--|---------------|
| 250/1 | Суп картофельный с клецками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23 | |
| 100 | Котлеты рыбные с соусом томатным.. | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 180 | Картофельное пюре с маслом, огурец свежий. | ккал-118, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 200 | Напиток из апельсинов. | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29 | |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19 | |
| 831 | Итого за Обед | ккал-746, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-111 | 133-65 |

Полдник

| | | | |
|-----|-------------------------|---|--------------|
| 150 | Булочка "Плетёнка". | ккал-416, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-46 | |
| 200 | Сок в ассортименте | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| 350 | Итого за Полдник | ккал-553, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-79 | 59-57 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.