



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 93 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 08.05.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШИ"

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                                       |                         |
| 170            | Картофельное пюре с маслом, зеленый горошек     | ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18                                      |                         |
| 200            | Чай с сахаром.                                  | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| 50             | Хлеб пшеничный.                                 | ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25                                      |                         |
| 500            | <b>Итого за Завтрак</b>                         | ккал-476, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-61                                    | <b>85-00</b>            |
| <b>Обед</b>    |   |   |                         |
| 200/5/1        | Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью. | ккал-116, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16                                      |                         |
| 100            | Сосиска отварная с соусом                       | ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3                                      |                         |
| 150            | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным  | ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33                                      |                         |
| 200            | Напиток из лимонов.                             | ккал-98, Углеводы-24  |                         |
| 60             | Хлеб пшеничный                                  | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29                                      |                         |
| 30             | Хлеб ржаной.                                    | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13                                       |                         |
| 746            | <b>Итого за Обед</b>                            | ккал-822, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-119                                   | <b>114-91</b>           |
| <b>Полдник</b> |   |   |                         |
| 100            | Плюшка "Московская"                             | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60                                     |                         |
| 200            | Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)             | ккал-112, Углеводы-28   |                         |
| 300            | <b>Итого за Полдник</b>                         | ккал-470, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-88                                     | <b>39-46</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.