



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 08.05.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШИП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Аврискина

МБОУ  
Школа № 93  
г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
200	Картофельное пюре с маслом, зелёный горошек	ккал-168, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-19	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-515, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-64	<b>95-46</b>
<b>Обед</b>			
250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-143, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-20	
100	Сосиска отварная с соусом	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
856	<b>Итого за Обед</b>	ккал-976, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-143	<b>133-65</b>
<b>Полдник</b>			
150	Плюшка "Московская".	ккал-391, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-54	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-503, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-81	<b>59-57</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.