



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 12.05.2026

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 | |
| 150 | Рис отварной с маслом, кукуруза консервированная | ккал-176, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30 | |
| 200 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 45 | Хлеб пшеничный | ккал-146, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-535, Белки-15, Жиры-23, Углеводы-66 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с клёцками и зеленью. | ккал-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18 | |
| 100 | Котлеты рыбные с соусом томатным.. | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом, огурец свежий | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13 | |
| 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 | |
| 751 | Итого за Обед | ккал-705, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-105 | 114-91 |
| Полдник | | | |
| 100 | Булочка "Плетёнка" | ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57 | |
| 200 | Сок в ассортименте | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-527, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-90 | 39-46 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.