



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.05.2026

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)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|---|--|-------------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | "Гнездышки" куриные с соусом томатным.. | ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 150 | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-540, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-71 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 10/200/1 | Суп картофельный с пшеном с рыбой с зеленью | ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16 | |
| 100 | Ёжики мясные с томатным соусом.. | ккал-148, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10 | |
| 153 | Пюре гороховое с маслом, лук зелёный | ккал-244, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| 754 | Итого за Обед | ккал-846, Белки-38, Жиры-25, Углеводы-117 | 114-91 |
| Полдник | | | |
| 100 | Рожок с повидлом | ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-373, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-68 | 39-46 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.