

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 02.10.2025

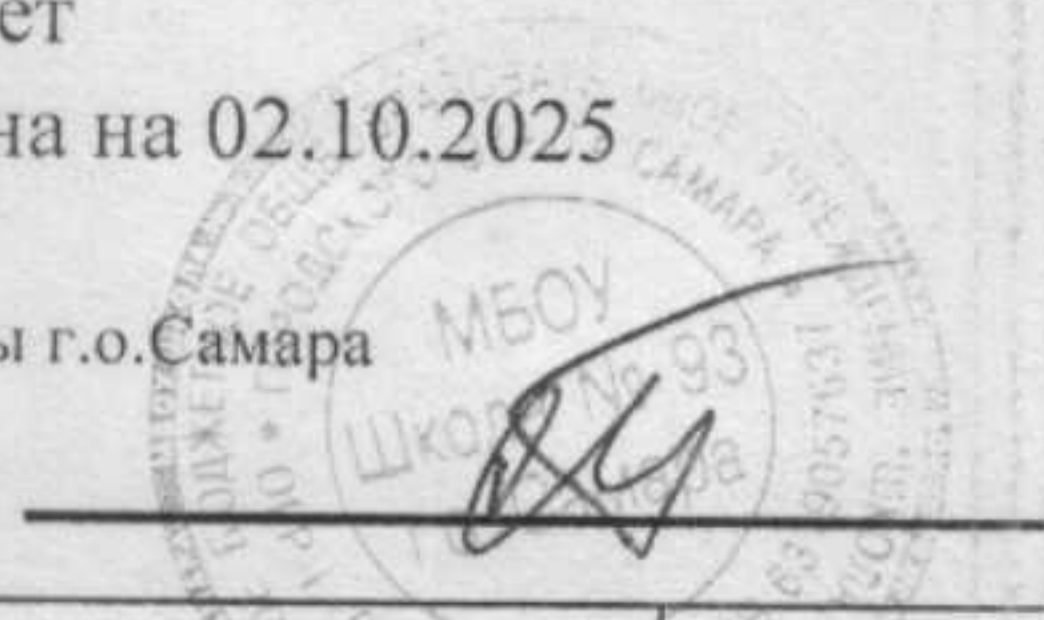
Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП" для  
документ № 11/2025  
Г.И. Давыдова

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

|     |  |   |              |
|-----|--|---|--------------|
| 60  | Салат из моркови с сахаром.                            | ккал-31, Белки-1, Углеводы-7                    |              |
| 200 | Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35        |              |
| 200 | Чай с сахаром.   | ккал-45, Углеводы-11                            |              |
| 40  | Хлеб пшеничный.  | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22          |              |
| 500 | <b>Итого за Завтрак</b>                                | <b>ккал-577, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-75</b> | <b>90-00</b> |

Обед

|         |  |  |               |
|---------|--|--|---------------|
| 200/5/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11            |               |
| 100     | Шницель мясной с соусом томатным.                  | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10          |               |
| 150     | Каша гречневая вязкая с маслом и томатом свежим    | ккал-131, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19           |               |
| 200     | Напиток из плодов шиповника.                       | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24                   |               |
| 50      | Хлеб пшеничный.                                    | ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27           |               |
| 30      | Хлеб ржаной.                                       | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                    |               |
| 736     | <b>Итого за Обед</b>                               | <b>ккал-747, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-105</b> | <b>115-00</b> |

Полдник

|        |                              |   |              |
|--------|------------------------------|---|--------------|
| 100/10 | Оладьи со сгущённым молоком. | ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43        |              |
| 200    | Сок в ассортименте           | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33                |              |
| 310    | <b>Итого за Полдник</b>      | <b>ккал-420, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-76</b> | <b>50-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.