



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 11.10.2025

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

220/30	Оладьи со сгущенным молоком,	ккал-682, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-765, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-126	<b>97-00</b>

Обед

250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	<b>Итого за Обед</b>	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114	<b>133-00</b>

Полдник

150	Гребешок "Школьный".	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-532, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-93	<b>60-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.