

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 02.10.2026

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

100	Котлеты рубленые из цыплят с соусом томатным.	ккал-136, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-11	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
510	Итого за Завтрак	ккал-471, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-63	85-00

Обед

200/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.	ккал-116, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	
100	Сосиска отварная с соусом	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
726	Итого за Обед	ккал-757, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-109	114-91

Полдник

100	Пудинг из творога с повидлом (запеченный)	ккал-257, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-32	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-302, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-43	39-46

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.