ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 100 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 05.11.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 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	
200/5	*Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным*	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	
211/7	*Чай с яблоками и сахаром*	ккал-48, Углеводы-12	
30	*Хлеб пшеничный..*	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
45	*Печенье "Нежное".*	ккал-227, Белки-3, Жиры-15, Углеводы-21	
503	**Итого за Завтрак**	ккал-601, Белки-12, Жиры-27, Углеводы-78	*85-00*
	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-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12	
165	*Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, кукуруза консервированная.*	ккал-147, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
200	*Напиток клюквенный Школьный*	ккал-62, Углеводы-15	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
751	**Итого за Обед**	ккал-839, Белки-23, Жиры-40, Углеводы-97	*114-91*
	Полдник		
90/10	*Оладьи со сгущенным молоком.*	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200	*Сок в ассортименте*	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	**Итого за Полдник**	ккал-395, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-72	*39-46*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 100 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 05.11.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аврискина

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	
250/10	*Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным*	ккал-293, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41	
211/7	*Чай с яблоками и сахаром*	ккал-48, Углеводы-12	
45	*Печенье "Нежное".*	ккал-227, Белки-3, Жиры-15, Углеводы-21	
30	*Хлеб пшеничный..*	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
558	**Итого за Завтрак**	ккал-698, Белки-14, Жиры-32, Углеводы-88	*95-46*
	Обед		
250/5/1	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.*	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	*Шницель мясной с соусом томатным.*	ккал-287, Белки-6, Жиры-24, Углеводы-12	
180	*Каша гречневая вязкая с маслом, кукуруза консервированная.*	ккал-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-24	
200	*Напиток клюквенный Школьный*	ккал-62, Углеводы-15	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
40	*Хлеб ржаной*	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
826	**Итого за Обед**	ккал-863, Белки-23, Жиры-39, Углеводы-105	*133-65*
	Полдник		
130/20	*Оладьи со сгущенным молоком .*	ккал-374, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-59	
200	*Сок в ассортименте*	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	**Итого за Полдник**	ккал-511, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-92	*59-57*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.