



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 36 корпус 2 г.о.Самара для возрастной
категории с 12 лет и старше
Меню дневного рациона на 28.09.2026

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36 корпус 2 г.о.Самара

М.А. Шенкарев

Выход (г)	Наименование блюда	зн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
250/10	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным..	ккал-348, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
70	Хлеб пшеничный..	ккал-227, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-34	
550	Итого за Завтрак	ккал-778, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-101	95-46
Обед			
250/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом.	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
280	Плов с мясом, огурцы свежие	ккал-454, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-54	
200	Напиток из плодов шиповника..	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
851	Итого за Обед	ккал-1 028, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-151	133-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.