



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 20.06.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша рисовая молочная с маслом	ккал-294, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-43	
200	Чай с молоком	ккал-90, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-626, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-76	
Обед			
50	Салат из свежих огурцов.	ккал-32, Жиры-3, Углеводы-1	
250/10/1	Суп овощной с зеленым горошком, сметаной и зеленью укропа	ккал-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13	
100	Котлеты Сочные из филе куриного с томатным соусом	ккал-106, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-5	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-199, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	
200	Компот из смеси сухофруктов.	ккал-92, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
851	Итого за Обед	ккал-769, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-119	
Итого за день		ккал-1 395, Белки-41, Жиры-50, Углеводы-195	189-42

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.