



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 03.10.2024

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) |
|-----------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>       |  |   |                         |
| 20                          | Сыр порционно.                                     | ккал-69, Белки-5, Жиры-5  |                         |
| 100                         | Котлеты "Сочные" куриные с соусом томатным         | ккал-120, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-5                                       |                         |
| 180                         | Каша пшеничная с маслом сливочным.                 | ккал-187, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28                                      |                         |
| 200/11                      | Чай с сахаром.                                     | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| 50                          | Хлеб пшеничный.                                    | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30                                      |                         |
| 561                         | <b>Итого за Завтрак</b>                            | ккал-572, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-74                                    | <b>86-75</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>          |  |   |                         |
| 250/10/1                    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12                                      |                         |
| 280                         | Жаркое по-домашнему с мясом, свежий томат.         | ккал-399, Белки-10, Жиры-29, Углеводы-24                                    |                         |
| 200                         | Напиток из плодов шиповника.                       | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24  |                         |
| 60                          | Хлеб пшеничный                                     | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 40                          | Хлеб ржаной  | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19   |                         |
| 841                         | <b>Итого за Обед</b>                               | ккал-876, Белки-21, Жиры-37, Углеводы-114                                   | <b>121-46</b>           |
| <b><u>Витаминизация</u></b> |  |   |                         |
| 100                         | Яблоки свежие                                      | ккал-44, Углеводы-10  |                         |
| 100                         | <b>Итого за Витаминизация</b>                      | ккал-44, Углеводы-10  | <b>19-81</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.