



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 27.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 178



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

**Завтрак**

|                |                                                          |                                                 |              |
|----------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------|
| 60             | Омлет натуральный .                                      | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1            |              |
| 180/15/<br>6   | Макаронные изделия отварные с сыром,<br>маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41         |              |
| 200/11/<br>3,5 | Чай с лимоном и сахаром.                                 | ккал-46, Углеводы-11                            |              |
| 30             | Хлеб пшеничный..                                         | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18           |              |
| <b>505,5</b>   | <b>Итого за Завтрак</b>                                  | <b>ккал-523, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-72</b> | <b>80-00</b> |

**Обед**

|            |                                                  |                                                  |               |
|------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------|
| 200/1      | Щи из свежей капусты с картофелем и<br>зеленью . | ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6             |               |
| 100        | Биточки "Школьные" с соусом<br>томатным.         | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10          |               |
| 150        | Каша гречневая вязкая с маслом<br>сливочным.     | ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21           |               |
| 200        | Напиток из плодов шиповника.                     | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24                   |               |
| 60         | Хлеб пшеничный                                   | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36           |               |
| 30         | Хлеб ржаной .                                    | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                    |               |
| <b>741</b> | <b>Итого за Обед</b>                             | <b>ккал-716, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-111</b> | <b>105-00</b> |

**Витаминизация**

|            |                               |                             |              |
|------------|-------------------------------|-----------------------------|--------------|
| 100        | Яблоко свежее (нарезка)       | ккал-44, Углеводы-10        |              |
| <b>100</b> | <b>Итого за Витаминизация</b> | <b>ккал-44, Углеводы-10</b> | <b>19-81</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.