

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 29.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Г.И. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Мамина



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

Завтрак

| | | | |
|------------|---|--|--------------|
| 105 | Омлет натуральный с маслом сливочным. | ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2 | |
| 180/15/6 | Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41 | |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 550,5 | Итого за Завтрак | ккал-594, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-72 | 91-52 |

Обед

| | | | |
|-------|--|---|---------------|
| 250/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью. | ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8 | |
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10 | |
| 180 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25 | |
| 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 | |
| 831 | Итого за Обед | ккал-782, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-122 | 128-14 |

Зав. производством

Мамина

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина

Брюнчугина Е.Н.