



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 20.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
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	Итого за Завтрак	ккал-603, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-74	91-52
<u>Обед</u>			
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 и кукурузой консервированной.	ккал-420, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-28	
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	Итого за Обед	ккал-897, Белки-20, Жиры-39, Углеводы-118	128-14
<u>Полдник</u>			
140	Запеканка "Лакомка "	ккал-353, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-28	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
351	Итого за Полдник	ккал-397, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-39	60-00
<u>Полдник СВО</u>			
150	Ватрушка с творогом.	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-510, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80	57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.