



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 03.09.2025

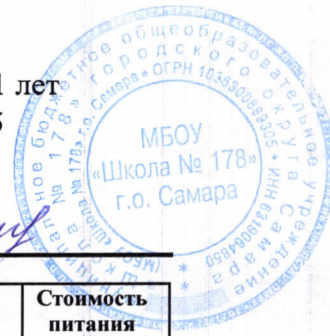
Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Г.Н.Аврискина



| 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     |       |
| 180/15/6 | Макаронные изделия отварные с сыром,<br>маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41  |       |
| 200/3,5  | Чай с лимоном и сахаром.                                 | ккал-46, Углеводы-11                     |       |
| 40       | Хлеб пшеничный.                                          | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22   |       |
| 504,5    | Итого за Завтрак                                         | ккал-553, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-75 | 90-00 |

Обед

|       |                                       |                                           |        |
|-------|---------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 200/1 | Суп картофельный с горохом с укропом. | ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17    |        |
| 100   | Рыба по-самарски тушеная с овощами    | ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3    |        |
| 150   | Рис отварной с маслом, свежий огурец  | ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28    |        |
| 200   | Компот из сухофруктов.                | ккал-72, Углеводы-18                      |        |
| 60    | Хлеб пшеничный                        | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 30    | Хлеб ржаной.                          | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 741   | Итого за Обед                         | ккал-750, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-113 | 115-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.