



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 29.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Т.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
250/5	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
50	Яблоко свежее (нарезка) ..	ккал-22, Углеводы-5	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
550	Итого за Завтрак	ккал-630, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-88	97-00
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	
250/1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне и укропом	ккал-185, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-23	
280	Плов из птицы.	ккал-474, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-62	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Хлеб ржаной	ккал-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	
951	Итого за Обед	ккал-1162, Белки-34, Жиры-35, Углеводы-178	133-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.