

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о. Самара с 12 и старше  
Меню дневного рациона на 09.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

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

Завтрак

|     |                                                           |                                          |       |
|-----|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 200 | Запеканка из творога с рисом с соусом<br>молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 |       |
| 200 | Чай с сахаром.                                            | ккал-45, Углеводы-11                     |       |
| 50  | Хлеб пшеничный.                                           | ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27   |       |
| 100 | Яблоко свежее (нарезка)                                   | ккал-44, Углеводы-10                     |       |
| 550 | Итого за Завтрак                                          | ккал-620, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-84 | 97-00 |

Обед

|         |                                                |                                           |        |
|---------|------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 10/250/ | Суп картофельный с пшеном с рыбой и<br>укропом | ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20    |        |
| 100     | "Гнездышки" куриные с соусом<br>томатным..     | ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7    |        |
| 180     | Пюре гороховое с томатом свежим                | ккал-250, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-35   |        |
| 200     | Напиток из апельсинов.                         | ккал-67, Углеводы-17                      |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                 | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 40      | Хлеб ржаной                                    | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19             |        |
| 841     | Итого за Обед                                  | ккал-894, Белки-47, Жиры-21, Углеводы-130 | 133-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.