



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 20.11.2025

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

60	<i>Салат из моркови с сахаром.</i>	ккал-31, Белки-1, Углеводы-7
200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22
500	Итого за Завтрак	ккал-577, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-75
		90-00

Open

200/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10
150	Каша гречневая вязкая с маслом, кукуруза консервированная	ккал-138, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Итого за Обед

100/10	Оладьи со сгущённым молоком.	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

за Полдник къ

<i>100/10</i>	<i>Оладьи со сгущённым молоком.</i>	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43
<i>200</i>	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
<i>310</i>	Итого за Полдник СВО	ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54

Зад. 11. Уравнение

Макарова Е. Е.

Бухгалтер -
калькулятор  Брюнчугина Е.Н.