



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 01.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Леска

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Аврискова

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

Завтрак

| | | | |
|--------|---|--|--------------|
| 20 | <i>Сыр порционно.</i> | ккал-69, Белки-5, Жиры-5 | |
| 250/5 | <i>Каша пшеничная вязкая молочная с маслом.</i> | ккал-333, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-53 | |
| 200/10 | <i>Чай с яблоками и сахаром.</i> | ккал-49, Углеводы-12 | |
| 30 | <i>Хлеб пшеничный..</i> | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 | |
| 515 | Итого за Завтрак | ккал-542, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82 | 90-00 |

Обед

| | | | |
|-------|--|---|---------------|
| 60 | <i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i> | ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5 | |
| 200/1 | <i>Суп картофельный с вермишелью и укропом..</i> | ккал-102, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18 | |
| 260 | <i>Плов с мясом.</i> | ккал-466, Белки-10, Жиры-23, Углеводы-54 | |
| 200 | <i>Напиток из плодов шиповника.</i> | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| 60 | <i>Хлеб пшеничный</i> | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33 | |
| 30 | <i>Хлеб ржаной .</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 811 | Итого за Обед | ккал-968, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-148 | 115-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.