



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 03.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КЦПТ"

ТН Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

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

## **Завтрак**

- |         |  |   |
|---------|--|---|
| 60      | <i>Омлет натуральный.</i>                                    | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1    |
| 180/15/ | <i>Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным</i> | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41 |
| 6       |  |   |
| 200/3,5 | <i>Чай с лимоном и сахаром.</i>                              | ккал-46, Углеводы-11                    |
| 40      | <i>Хлеб пшеничный.</i>                                       | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22  |

**Итого за Завтрак** ккал-553, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-75 **90-00**

Обед

- |              |   |  |
|--------------|---|--|
| <i>200/1</i> | <i>Суп картофельный с горохом с укропом.</i>              | ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17 |
| <i>100</i>   | <i>Рыба по-самарски тушеная с овоцами</i>                 | ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3 |
| <i>150</i>   | <i>Рис отварной с маслом, огурец<br/>консервированный</i> | ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28 |
| <i>200</i>   | <i>Компот из сухофруктов.</i>                             | ккал-79, Углеводы-20                   |
| <i>60</i>    | <i>Хлеб пшеничный</i>                                     | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33 |
| <i>30</i>    | <i>Хлеб ржаной .</i>                                      | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14          |

115-00

## Зав. производством

Макарова Е.Е.

## Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.