



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 12.01.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврикисина

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

20	<i>Сыр порционно.</i>	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
250/10	<i>Каша пшеничная вязкая молочная с маслом.</i>	ккал-366, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-53	
200/10	<i>Чай с яблоками и сахаром .</i>	ккал-49, Углеводы-12	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
550	<b>Итого за Завтрак</b>		ккал-666, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-98 <b>97-00</b>

Обед

100	<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	
250/1	<i>Суп картофельный с вермишелью и укропом.</i>	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
280	<i>Плов с мясом .</i>	ккал-496, Белки-11, Жиры-24, Углеводы-59	
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	
60	<i>Хлеб ржаной</i>	ккал-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	
951	<b>Итого за Обед</b>		ккал-121, Белки-26, Жиры-35, Углеводы-175 <b>133-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.