



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 15.01.2026

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

Т.Н.Архискина

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

Завтрак

200	Запеканка из творога с рисом с соусом 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 .	ккал-44, Углеводы-10
550	Итого за Завтрак	ккал-620, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-84

95-46

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10
180	Каша гречневая вязкая с маслом, кукуруза консервированная.	ккал-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-24
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19
836	Итого за Обед	ккал-840, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-121

133-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.