



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 21.05.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Г.Н.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

200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким..</i>	ккал-333, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-40	
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
60	<i>Яблоко свежее ..</i>	ккал-27, Углеводы-6	
500	Итого за Завтрак	ккал-534, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-76	85-00

Обед

200/5/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом</i>	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11	
100	<i>Шницель мясной с соусом томатным.</i>	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
165	<i>Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий .</i>	ккал-147, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	<i>Напиток из плодов шиповника.</i>	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
50	<i>Хлеб пшеничный .</i>	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
751	Итого за Обед	ккал-797, Белки-24, Жиры-32, Углеводы-103	114-91

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.