



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара с 7 до 14 лет

Меню дневного рациона на 09.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 178 г.о. Самара



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

Завтрак

60	Омлет натуральный .	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1
180/15/5	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11
40	Батон пшеничный.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20
505	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-75

Обед

250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью..	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9
150	Рис отварной с маслом, томат свежий.	ккал-151, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-24
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13
796	Итого за Обед	ккал-791, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-99

Полдник

50	Плюшка Московская.	ккал-179, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
50	Яблоко свежее ..	ккал-22, Углеводы-5
300	Итого за Полдник	ккал-268, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-52

Итого за день ккал-1 627, Белки-56, Жиры-56, Углеводы-226 **296-28**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.