



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

| | | | |
|-------|---|--|--|
| 5 | Масло порционно. | ккал-33, Жиры-4 | |
| 250/5 | Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным. | ккал-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46 | |
| 200 | Какао напиток с молоком. | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 40 | Батон пшеничный. | ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-621, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-87 | |

Обед

| | | | |
|-------------------|---|---|--|
| 60 | Салат из белокочанной капусты с морковью | ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5 | |
| 12,5/25 0/10/1 | Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом. | ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21 | |
| 100 | Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным | ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-79, Углеводы-20 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| 873,5 | Итого за Обед | ккал-940, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-119 | |

Полдник

| | | | |
|-----|-------------------------|---|--------|
| 100 | Рожок с повидлом | ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-373, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-68 | |
| | Итого за день | ккал-1 934, Белки-56, Жиры-68, Углеводы-274 | 296-28 |

Зав. производством

с.м.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Б

Брюнчугина Е.Н.