



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор



Согласовано:

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



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

Завтрак

100	Котлеты рубленные из цыплят с томатным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Чай со смородиной	ккал-37, Углеводы-9	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
510	Итого за Завтрак	ккал-472, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-60	85-00

Обед

200/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.	ккал-116, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	
100	Сосиска отварная с соусом	ккал-135, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-3	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
726	Итого за Обед	ккал-757, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-109	114-91

Полдник

100	Пудинг из творога с повидлом (запеченный)	ккал-257, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-32	
200	Чай с сахаром.	ккал-42, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-299, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-43	39-46

Зап. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчук Е.Н.