



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 78 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 11.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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			
90	Ёжики мясные с томатным соусом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
60	Батон пшеничный.	ккал-208, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30	
500	Итого за Завтрак	ккал-546, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-70	
Обед			
250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и укропом.	ккал-143, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-20	
100	Рыба запечённая со сметанным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-6	
150	Рис отварной с маслом, кукуруза консервированная	ккал-176, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
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-844, Белки-28, Жиры-27, Углеводы-122	
Полдник			
100	Крендель "Сахарный".	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-358, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-78	
Итого за день		ккал-1 748, Белки-54, Жиры-50, Углеводы-270	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.