

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 78 г.о.Самара для возрастной категории с  
12 лет и старше

Меню дневного рациона на 13.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.И. Аврискина

МБОУ

«Школа № 78»  
г.о.Самара

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

Завтрак

|     |                                                           |                                          |       |
|-----|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 200 | Запеканка из творога с рисом с соусом<br>молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 |       |
| 200 | Чай с сахаром.                                            | ккал-45, Углеводы-11                     |       |
| 40  | Хлеб пшеничный..                                          | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |       |
| 110 | Яблоко свежее (нарезка)                                   | ккал-49, Углеводы-11                     |       |
| 550 | <b>Итого за Завтрак</b>                                   | ккал-595, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-81 | 91-52 |

Обед

|         |                                                |                                           |        |
|---------|------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 10/250/ | Суп картофельный с пшеном с рыбой и<br>укропом | ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20    |        |
| 100     | Бифштекс "Пикантный" с соусом<br>томатным      | ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10    |        |
| 180     | Пюре гороховое с огурцом<br>консервированным   | ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34   |        |
| 200     | Напиток из апельсинов.                         | ккал-67, Углеводы-17                      |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                 | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |        |
| 30      | Хлеб ржаной .                                  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 831     | <b>Итого за Обед</b>                           | ккал-832, Белки-37, Жиры-18, Углеводы-131 | 128-14 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.