



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 10.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

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

Завтрак

20 Сыр порционно.

ккал-69, Белки-5, Жиры-5

250/5 Каша пшеничная вязкая молочная с
маслом.

ккал-333, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-53

200/10 Чай с яблоками и сахаром.

ккал-49, Углеводы-12

30 Хлеб пшеничный..

ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

515

Итого за Завтрак

ккал-542, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82

85-00

Обед

60 Салат из белокочанной капусты с
морковью

ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5

200/1 Суп картофельный с вермишелью и
укропом..

ккал-102, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18

260 Плов с мясом.

ккал-466, Белки-10, Жиры-23, Углеводы-54

200 Напиток из плодов шиповника.

ккал-100, Белки-1, Углеводы-24

60 Хлеб пшеничный

ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33

30 Хлеб ржаной.

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

811

Итого за Обед

ккал-968, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-148

114-91

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.