



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 12.03.2026

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

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким..	ккал-333, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-40	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
100	Яблоко свежее .	ккал-44, Углеводы-10	
550	Итого за Завтрак	ккал-573, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-88	95-46

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом, кукуруза консервированная.	ккал-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-24	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	Итого за Обед	ккал-840, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-121	133-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шацкова Т.Ф.