



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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

|     |                                                        |                                          |              |
|-----|--------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------|
| 100 | Салат из моркови с сахаром                             | ккал-52, Белки-1, Углеводы-12            |              |
| 200 | Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 |              |
| 200 | Чай с сахаром.                                         | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 50  | Хлеб пшеничный.                                        | ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27   |              |
| 550 | <b>Итого за Завтрак</b>                                | ккал-628, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-85 | <b>97-00</b> |

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 и томатом свежим.    | ккал-152, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-22    |               |
| 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     | <b>Итого за Обед</b>                                | ккал-830, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-118 | <b>133-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шашкова Т.Ф.