



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.09.2026

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 78 г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
200	Каша пшённая рассыпчатая.	ккал-281, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-48	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
550	Итого за Завтрак	ккал-732, Белки-24, Жиры-33, Углеводы-85	95-46
<u>Обед</u>			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий.	ккал-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника..	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
60	Ржаной хлеб	ккал-179, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	
851	Итого за Обед	ккал-843, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-113	133-65
<u>Полдник</u>			
150	Пудинг из творога с яблоками, с повидлом	ккал-341, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-47	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	Итого за Полдник	ккал-386, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-58	59-57

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.