



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 45 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 08.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

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

15 Сыр порционный.

40 Яйцо вареное

250/5 Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным.

200 Чай с молоком и сахаром

40 Хлеб пшеничный.

ккал-52, Белки-4, Жиры-4

ккал-63, Белки-5, Жиры-5

ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41

ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13

ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22

ккал-569, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-76

97-00

Итого за Завтрак

Обед

250/5/1 Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.

100 Шницель "Деликатесный" с соусом томатным

180 Вермишель отварная с маслом сливочным и икрой кабачковой

200 Напиток клюквенный Школьный

60 Хлеб пшеничный

40 Хлеб ржаной

ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11

ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10

ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35

ккал-62, Углеводы-15

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

ккал-89, Белки-3, Углеводы-19

ккал-854, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-123

133-00

Итого за Обед

Полдник

150 Кекс "Домино"

200 Чай со смородиной.

ккал-725, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-88

ккал-39, Углеводы-10

ккал-764, Белки-10, Жиры-37, Углеводы-98

60-00

Итого за Полдник

Полдник СВО

150 Гребешок "Школьный".

200 Чай с сахаром.

ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61

ккал-45, Углеводы-11

ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72

57-11

Итого за Полдник СВО

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.