



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 45 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

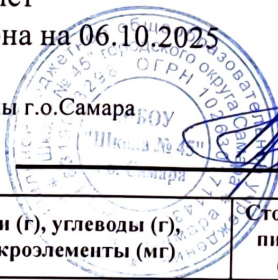
Меню дневного рациона на 06.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

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

|       |                                                |                                          |       |
|-------|------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 15    | Сыр порционно.                                 | ккал-52, Белки-4, Жиры-4                 |       |
| 40    | Яйцо вареное                                   | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                 |       |
| 200/5 | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным | ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30   |       |
| 200   | Чай с молоком и сахаром                        | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13    |       |
| 40    | Хлеб пшеничный.                                | ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22   |       |
| 500   | Итого за Завтрак                               | ккал-505, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-65 | 90-00 |

Обед

|         |                                                          |                                           |        |
|---------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 200/5/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом       | ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11     |        |
| 100     | Шницель "Деликатесный" с соусом томатным                 | ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10   |        |
| 180     | Вермишель отварная с маслом сливочным и икрой кабачковой | ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35    |        |
| 200     | Напиток клюквенный Школьный                              | ккал-62, Углеводы-15                      |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                           | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |        |
| 30      | Хлеб ржаной.                                             | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 776     | Итого за Обед                                            | ккал-823, Белки-22, Жиры-29, Углеводы-118 | 115-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.