

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 13.10.2025

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

10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
250/5	Каша пшённая вязкая молочная с тыквой и маслом сливочным.	ккал-290, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-47	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
35	Хлеб пшеничный ..	ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19	
50	Яблоко (свежее)	ккал-22, Углеводы-5	
550	Итого за Завтрак	ккал-587, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-91	97-00

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	
250/1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне и укропом	ккал-185, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-23	
280	Плов из птицы.	ккал-474, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-62	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
951	Итого за Обед	ккал-1 154, Белки-34, Жиры-35, Углеводы-170	133-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.