



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н.Адриескина

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

60	Салат из моркови с сахаром.	ккал-31, Белки-1, Углеводы-7	
200/15	Вареники из творога со сгущенным молоком.	ккал-425, Белки-25, Жиры-13, Углеводы-51	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
515	Итого за Завтрак	ккал-622, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-91	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 мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом и томатом свежим	ккал-131, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
736	Итого за Обед	ккал-747, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-105	115-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шацкова Т.Ф.