



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 27.01.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

100 Биточки "Школьные" с соусом
томатным.

ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9

200 Каша гречневая вязкая с маслом
сливочным.

ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27

200 Чай со смородиной

ккал-39, Углеводы-10

50 Хлеб пшеничный.

ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27

550 Итого за Завтрак

ккал-547, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-74

95-46

Обед

250/1 Щи из свежей капусты с картофелем и
зеленью.

ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8

280 Жаркое по-домашнему с мясом, зелёный
горошек

ккал-417, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-27

200 Напиток клюквенный Школьный

ккал-62, Углеводы-15

60 Хлеб пшеничный

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

60 Ржаной хлеб

ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20

851 Итого за Обед

ккал-866, Белки-21, Жиры-38, Углеводы-104

133-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.