



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.02.2026

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**

|       |  |  |              |
|-------|--|--|--------------|
| 100   | Мясо тушёное с соусом.                         | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3   |              |
| 150   | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33   |              |
| 200/7 | Чай с яблоками и сахаром                       | ккал-48, Углеводы-12                     |              |
| 45    | Хлеб пшеничный                                 | ккал-136, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25   |              |
| 502   | <b>Итого за Завтрак</b>                        | ккал-620, Белки-19, Жиры-29, Углеводы-72 | <b>85-00</b> |

**Обед**

|       |  |   |               |
|-------|--|---|---------------|
| 200/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью              | ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6      |               |
| 100   | Биточки "Школьные" с соусом томатным.                    | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9    |               |
| 165   | Каша гречневая вязкая с маслом, огурец консервированный. | ккал-141, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21    |               |
| 200   | Напиток из плодов шиповника.                             | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |               |
| 60    | Хлеб пшеничный   | ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33    |               |
| 30    | Хлеб ржаной.   | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |               |
| 756   | <b>Итого за Обед</b>                                     | ккал-718, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-107 | <b>114-91</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.