



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.02.2026

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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

| | | | |
|-------|---|--|--------------|
| 100 | Мясо тушёное с соусом. | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3 | |
| 200 | Макаронные изделия отварные со сливочным маслом | ккал-265, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46 | |
| 200/7 | Чай с яблоками и сахаром | ккал-48, Углеводы-12 | |
| 45 | Хлеб пшеничный | ккал-136, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25 | |
| 552 | Итого за Завтрак | ккал-698, Белки-21, Жиры-31, Углеводы-85 | 95-46 |

Обед

| | | | |
|-------|---|---|---------------|
| 250/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью. | ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8 | |
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным. | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9 | |
| 180 | Каша гречневая вязкая с маслом, огурец консервированный | ккал-158, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26 | |
| 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 | |
| 821 | Итого за Обед | ккал-751, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-114 | 133-65 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шашкова Т.Ф.