



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 Успех г.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 02.12.2024

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4		
200/5	Каша пшеничная молочная с маслом.	ккал-285, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-44		
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13		
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24		
60	Яблоко свежее (нарезка)..	ккал-27, Углеводы-6		
531	Итого за Завтрак	ккал-558, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-87	31-83	80-00
<u>Обед</u>				
60	Салат из белокочанной капусты с морковью.	ккал-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5		
12,5/20 0/1	Суп картофельный с клёцками, цыплятами и зеленью ..	ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18		
250	Плов из птицы..	ккал-429, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54		
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23		
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36		
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14		
813,5	Итого за Обед	ккал-976, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-151	41-10	105-00
<u>Полдник</u>				
80	Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"..	ккал-344, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-46		
200/11/ 9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11		
300	Итого за Полдник	ккал-390, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-57	41-47	45-00
<u>Полдник СВО</u>				
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60		
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11		
311	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	4-88	35-86
<u>Витаминизация</u>				
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33		
200	Итого за Витаминизация	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	5-67	19-81

Генеральный директор

Аврискина Т.Н.



Заб. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.