


ООО "Комбинат школьного питания"

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

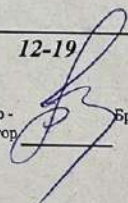
Меню дневного рациона на 03.12.2024

№	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
100	"Колбаски" куриные с соусом..	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11		
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-200, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-39		
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21		
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30		
500	Итого за Завтрак	ккал-625, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-101	30-56	80-00
Обед				
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6		
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3		
160	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком	ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21		
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15		
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36		
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14		
751	Итого за Обед	ккал-762, Белки-21, Жиры-33, Углеводы-95	44-87	105-00
Полдник				
100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46		
200	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-99, Углеводы-25		
300	Итого за Полдник	ккал-409, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-70	21-11	45-00
Полдник СВО				
100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46		
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11		
311	Итого за Полдник СВО	ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57	12-19	35-86

Генеральный директор 

Аврискина Т.И. Зав. производством

 Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор  Брюнчугина Е.Н.

