



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 05.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

[Signature]



Т.Е.Адрискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



[Signature]
Школа № 10
«Успех»
г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
100	Котлеты "Сочные" куриные с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-5	
150	Каша пшеничная вязкая с маслом.	ккал-157, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
516	Итого за Завтрак	ккал-494, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-64	80-00
Обед			
200/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-99, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
250	Жаркое по-домашнему с мясом, свежий томат	ккал-392, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-25	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
741	Итого за Обед	ккал-809, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-103	105-00
Полдник			
110	Запеканка "Лакомка".	ккал-279, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-22	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
310	Итого за Полдник	ккал-318, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-32	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	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

[Signature]

[Signature]



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 Успех г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 05.09.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
100	Котлеты "Сочные" куриные с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-5	
180	Каша пшеничная с маслом сливочным.	ккал-187, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
561	Итого за Завтрак	ккал-572, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-74	86-75
Обед			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	
280	Жаркое по-домашнему с мясом, свежий томат	ккал-399, Белки-10, Жиры-29, Углеводы-24	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
841	Итого за Обед	ккал-876, Белки-21, Жиры-37, Углеводы-114	121-46
Обед №2			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	ккал-156, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21	
100	Филе куриное тушёное со сметанным соусом.	ккал-169, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-3	
180	Каша пшённая с маслом.	ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46	
200	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-99, Углеводы-25	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
830	Итого за Обед №2	ккал-971, Белки-37, Жиры-26, Углеводы-148	121-46
Полдник			
150	Запеканка "Лакомка"	ккал-388, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-31	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
350	Итого за Полдник	ккал-428, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-41	45-00
Полдник СВО			
150	Ватрушка с творогом.	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-510, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Бронзугина Е.Н.