



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 10 Успех г. Самара с 7 до 14 лет

Меню дневного рациона на 10.02.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н. Давыдова

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|        |                                                 |                                          |       |
|--------|-------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 10     | Сыр порционный                                  | ккал-34, Белки-3, Жиры-3                 |       |
| 40     | Яйцо вареное                                    | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                 |       |
| 200/5  | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным. | ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30   |       |
| 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   |       |
| 506    | Итого за Завтрак                                | ккал-488, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-68 | 85-00 |

Обед

|         |                                                |                                           |        |
|---------|------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 12,5/20 | Борщ с капустой, картофелем,                   | ккал-117, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9     |        |
| 0/5/1   | цыпленком со сметаной и укропом.               | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10   |        |
| 100     | Шницель мясной с соусом томатным.              | ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35    |        |
| 180     | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой | ккал-62, Углеводы-15                      |        |
| 200     | Напиток клюквенный Школьный                    | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                 | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 30      | Хлеб ржаной.                                   |                                           |        |
| 788,5   | Итого за Обед                                  | ккал-854, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-120 | 110-17 |

Полдник

|          |                        |                                         |       |
|----------|------------------------|-----------------------------------------|-------|
| 80       | Десерт "Нежность"      | ккал-357, Белки-3, Жиры-12, Углеводы-59 |       |
| 200/11/9 | Чай с лимоном, сахаром | ккал-46, Углеводы-11                    |       |
| 300      | Итого за Полдник       | ккал-403, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-70 | 50-00 |

Полдник СВО

|        |                      |                                        |       |
|--------|----------------------|----------------------------------------|-------|
| 100    | Гребешок "Школьный"  | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 |       |
| 200/11 | Чай с сахаром.       | ккал-45, Углеводы-11                   |       |
| 311    | Итого за Полдник СВО | ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72 | 37-83 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.