



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 12.02.2024

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)
<b>Завтрак</b>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
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	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
501	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-475, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-62	<b>80-00</b>
<b>Обед</b>			
12,5/25	Борщ с капустой, картофелем,	ккал-142, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-11	
0/10/1	цыпленком, сметаной и укропом.		
105	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
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	
818,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-772, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-122	<b>105-00</b>
<b>Полдник</b>			
90	Десерт "Нежность"	ккал-401, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
301	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-446, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-77	<b>45-00</b>
<b>Полдник СВО</b>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	<b>35-86</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 12.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор



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)
<b>Завтрак</b>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
551	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-539, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-72	<b>85-00</b>
<b>Обед</b>			
12,5/25	Борщ с капустой, картофелем,	ккал-142, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-11	
0/10/1	цыпленком, сметаной и укропом.		
105	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
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	
848,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-809, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-128	<b>110-00</b>
<b>Обед №2</b>			
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Шницель мясной с соусом томатным	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, икра из свеклы	ккал-176, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	<b>Итого за Обед №2</b>	ккал-862, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-128	<b>110-00</b>
<b>Полдник</b>			
90	Десерт "Нежность"	ккал-401, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
301	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-446, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-77	<b>45-00</b>
<b>Полдник СВО</b>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Груша свежая (нарезка) .	ккал-23, Углеводы-5	
361	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-425, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-77	<b>54-13</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.