



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 Успех г.о.Самара

Меню дневного рациона на 13.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 20 | Сыр порционнo. | ккал-69, Белки-5, Жиры-5 | |
| 200/10 | Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом | ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33 | |
| 40 | Яйцо вареное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 200 | Напиток шоколадный Хрутка | ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14 | |
| 30 | Хлеб пшеничный | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-562, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-66 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12 | |
| 100 | Сливочная индюшка с соусом. | ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6 | |
| 170 | Пюре гороховое с огурцом консервированным. | ккал-246, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Ржаной хлеб. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 821 | Итого за Обед | ккал-827, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-117 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Десерт "Нежность" | ккал-446, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-73 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник | ккал-491, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-84 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Брюнчугина Е.Н.