



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.02.2024

Согласовано:
Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Аврикина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пов. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	"Медальон" мясной с соусом томатным	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
170	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.	ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
514,5	Итого за Завтрак	ккал-409, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-57	80-00
<u>Обед</u>			
10/250/5/1	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
105	Сосиска отварная с томатным соусом..	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-742, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-110	105-00
<u>Полдник</u>			
100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	35-86



Зав. производством

[Handwritten signature]

Мазурова Е.Е.

Бухгалтер - кассир

[Handwritten signature]

Брончугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.И. Денисова

Согласовано:

Директор МБОУ Школа г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	"Медальон" мясной с соусом томатным	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	85-00
180	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-28	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	Итого за Завтрак	ккал-512, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-77	
Обед			
10/250/ 5/1	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	110-00
105	Сосиска отварная с томатным соусом..	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
841	Итого за Обед	ккал-800, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-119	
Обед №2			
250/1	Суп картофельный с рисом и зеленью укропа	ккал-109, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-21	110-00
100	Рыба запечённая со сметанным соусом.	ккал-155, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5	
180	Каша пшеничная с маслом сливочным.	ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед №2	ккал-883, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-144	
Полдник			
150	Ватрушка с творогом .	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	45-00
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
350	Итого за Полдник	ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85	
Полдник СВО			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	54-13
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка).	ккал-19, Углеводы-4	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-355, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-76	

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Бриончугина Е.Н.