

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Выход (г)

Наименование блюда

эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость  
питания  
(руб)

Завтрак

15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
200/5	Каша пшеничная молочная с маслом.	ккал-285, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-44	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
60	Яблоко свежее (нарезка)..	ккал-27, Углеводы-6	
520	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-558, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-87</b>	<b>85-00</b>

Обед

60	Салат из квашеной капусты с репчатым луком.	ккал-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/20	Суп картофельный с клецками, цыплятами и зеленью ..	ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18	
250	Плов из птицы..	ккал-429, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54	
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	
813,5	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-974, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-150</b>	<b>110-17</b>

Полдник

90	Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"..	ккал-387, Белки-5, Жиры-18, Углеводы-52	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
300	<b>Итого за Полдник</b>	<b>ккал-433, Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63</b>	<b>50-00</b>

Полдник СВО

100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	<b>Итого за Полдник СВО</b>	<b>ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71</b>	<b>37-83</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Бриончугина Е.Н.