

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.01.2025

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.)
Завтрак			
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
200	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-186, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
561	Итого за Завтрак	ккал-559, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-79	91-52
Обед			
250	Суп молочный с рисовой крупой.	ккал-145, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
835	Итого за Обед	ккал-793, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-120	128-14
Полдник			
150	Гребешок "Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
350	Итого за Полдник	ккал-532, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-95	60-00
Полдник СВО			
150	Гребешок "Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89	57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчук Е.Н.