



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСПП" Т.Н. Аврискина

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

15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
200/5	Каша пшённая молочная со сливочным маслом	ккал-274, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-43	
200/11	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	
531	Итого за Завтрак	ккал-548, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-86	80-00

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью.	ккал-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/20	Суп картофельный с клёцками, цыплятами и зеленью ..	ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18	
0/1			
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	Итого за Обед	ккал-976, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-151	105-00

Полдник

80	Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"..	ккал-344, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-46	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-390, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-57	45-00

Полдник СВО

100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	35-86

Витаминизация

200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация	ккал-68, Углеводы-16	19-81

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *Т.Н. Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара *А.Е. Макарова*



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
200/5	Каша пшённная молочная со сливочным маслом	ккал-274, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-43	
200/11	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	
531	Итого за Завтрак	ккал-548, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-86	80-00
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью.	ккал-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
12,5/20	Суп картофельный с клёцками, цыплятами и зеленью ..	ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18	
0/1			
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	Итого за Обед	ккал-976, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-151	105-00
<u>Полдник</u>			
80	Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"..	ккал-344, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-46	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-390, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-57	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	35-86
<u>Витаминизация</u>			
200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация	ккал-68, Углеводы-16	19-81

Зав. производством *А.Е. Макарова* Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор *Е.Н. Брюнчугина*

Брюнчугина Е.Н.