

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 Успех г.о.Самара с 7 до 11 лет 14

день

Меню дневного рациона на 24.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Авриккина

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			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
250	Каша гречневая рассыпчатая с молоком	ккал-234, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-30	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
516	Итого за Завтрак	ккал-517, Белки-18, Жиры-22, Углеводы-61	
Обед			
60	Салат из свежих огурцов с яйцом .	ккал-56, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-1	
20/250/ 1	Суп картофельный с пшеном и горбушей, с укропом	ккал-143, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Рагу из овощей.	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
871	Итого за Обед	ккал-898, Белки-36, Жиры-28, Углеводы-125	
Полдник			
100	Булочка " Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-457, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-74	
Итого за день			270-91

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.