

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 25.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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) |
|-----------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |                                                |                                                                             |                         |
| 10                    | Масло порционно                                | ккал-66, Жиры-7                                                             |                         |
| 105                   | Сосиска отварная с томатным соусом..           | ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5                                      |                         |
| 200                   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.      | ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27                                      |                         |
| 200/11                | Чай с сахаром.                                 | ккал-45, Углеводы-11                                                        |                         |
| 30                    | Хлеб пшеничный..                               | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                       |                         |
| 556                   | <b>Итого за Завтрак</b>                        | ккал-558, Белки-15, Жиры-28, Углеводы-62                                    | <b>85-00</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>    |                                                |                                                                             |                         |
| 250/1                 | Борщ с капустой и картофелем с укропом.        | ккал-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13                                      |                         |
| 280                   | Жаркое по-домашнему с мясом и зелёным горошком | ккал-417, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-27                                     |                         |
| 200                   | Напиток из плодов шиповника.                   | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24                                              |                         |
| 60                    | Хлеб пшеничный                                 | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30                    | Хлеб ржаной .                                  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                                               |                         |
| 821                   | <b>Итого за Обед</b>                           | ккал-869, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-114                                   | <b>110-00</b>           |
| <b><u>Обед №2</u></b> |                                                |                                                                             |                         |
| 250                   | Суп молочный с макаронными изделиями           | ккал-156, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21                                      |                         |
| 100                   | Котлеты рубленые из птицы с томатным соусом    | ккал-157, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10                                     |                         |
| 180                   | Каша пшённая с маслом.                         | ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46                                      |                         |
| 200                   | Напиток клюквенный Школьный                    | ккал-62, Углеводы-15                                                        |                         |
| 60                    | Хлеб пшеничный                                 | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30                    | Хлеб ржаной .                                  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                                               |                         |
| 820                   | <b>Итого за Обед №2</b>                        | ккал-899, Белки-29, Жиры-24, Углеводы-141                                   | <b>110-00</b>           |
| <b><u>Полдник</u></b> |                                                |                                                                             |                         |
| 150                   | Гребешок " Школьный" .                         | ккал-536, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-91                                    |                         |
| 200                   | Напиток из вишни..                             | ккал-73, Углеводы-17                                                        |                         |
| 350                   | <b>Итого за Полдник</b>                        | ккал-609, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-108                                   | <b>45-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.