



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 10 Успех г.о.Самара с 7 до 11 лет 14 день
 Меню дневного рациона на 25.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Ветчина порционно .	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
180	Макаронны отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
80	Банан нарезка .	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
505	Итого за Завтрак	ккал-482, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-81	
Обед			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	ккал-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	
250/10/ 1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
105	Сливочная индюшка с соусом.	ккал-129, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-9	
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
896	Итого за Обед	ккал-890, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-138	
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	
	Итого за день	ккал-1 761, Белки-46, Жиры-50, Углеводы-276	270-91

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор  Брюнчугина Е.Н.