



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 26.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Давыскина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

С.А. Писарев

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	<i>Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом</i>	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11/3,5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	Итого за Завтрак	ккал-522, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-78	86-00
<u>Обед</u>			
250/5/1	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
100	<i>"Гнездышки" куриные с соусом томатным</i>	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
180	<i>Пюре гороховое.</i>	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	<i>Компот из изюма..</i>	ккал-94, Углеводы-23	
50	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
816	Итого за Обед	ккал-868, Белки-46, Жиры-20, Углеводы-127	108-00
<u>Обед №2</u>			
250/1	<i>Суп картофельный с клецками и зеленью укропа</i>	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
280	<i>Плов с мясом и огурцом консервированным порционно.</i>	ккал-426, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	<i>Напиток из черной смородины.</i>	ккал-68, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед №2	ккал-886, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-137	108-00
<u>Полдник</u>			
90/10	<i>Оладьи со сгущенным молоком.</i>	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-325, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-56	45-00

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Е.Н. Брюнчугина

Брюнчугина Е.Н.