



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 10 Успех г.о.Самара
 Меню дневного рациона на 03.03.2023



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

110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200/11/3	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
5		ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-487, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-66	75-00
514,5	Итого за Завтрак		

Обед

250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-802, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121	96-00

Полдник

100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
 калькулятор

Брюнчугина Е.Н.