



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 10 успех г.о.Самара
 Меню дневного рациона на 26.01.2023

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)
Завтрак			
200	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким	ккал-411, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-46	
200	Кофейный напиток с молоком.	ккал-106, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
70	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-31, Углеводы-7	
500	Итого за Завтрак	ккал-638, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-89	75-00
Обед			
250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
250	Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком	ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-24	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
796	Итого за Обед	ккал-837, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-109	96-00
Полдник			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Напиток кисломолочный Ряженка	ккал-102, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
300	Итого за Полдник	ккал-459, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-69	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.