

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 16.05.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСПТ"

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>			
15	Ветчина порционно .	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
200/10	Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200/11	Чай с молоком	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
55	Маффины	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
521	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-766, Белки-19, Жиры-32, Углеводы-101	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	Борщ с капустой и картофелем с зеленью укропа	ккал-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
110	Котлеты рубленные из цыплят с томатным соусом.	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Напиток из чёрной смородины	ккал-68, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-769, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-121	<b>95-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	Пирог "Школьный"	ккал-481, Белки-4, Жиры-19, Углеводы-72	
200/11	Чай с сахаром	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-525, Белки-5, Жиры-19, Углеводы-84	<b>40-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68, Углеводы-16	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-68, Углеводы-16	<b>16-55</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.