



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 12.09.2022

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) |
|-----------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |  |   |                         |
| 50                    | <i>Сардельки отварные</i>  | ккал-82, Белки-5, Жиры-7  |                         |
| 200/10                | <i>Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным</i>      | ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38                                     |                         |
| 200/11                | <i>Чай с молоком и сахаром</i>                                   | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13                                       |                         |
| 30                    | <i>Хлеб пшеничный</i>  | ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15                                      |                         |
| <b>501</b>            | <b>Итого за Завтрак</b>  | <b>ккал-565, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-66</b>                             | <b>75-00</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |   |                         |
| 250/10/1              | <i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа</i> | ккал-98, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9  |                         |
| 250                   | <i>Плов из филе птицы со свежим огурцом</i>                      | ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50                                    |                         |
| 200                   | <i>Напиток из черной смородины.</i>                              | ккал-68, Углеводы-17  |                         |
| 60                    | <i>Хлеб пшеничный</i>  | ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29                                      |                         |
| 30                    | <i>Ржаной хлеб.</i>  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| <b>801</b>            | <b>Итого за Обед</b>   | <b>ккал-770, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-119</b>                            | <b>95-00</b>            |
| <b><u>Полдник</u></b> |  |   |                         |
| 100                   | <i>Пирог "Школьный"</i>  | ккал-481, Белки-4, Жиры-19, Углеводы-72                                     |                         |
| 200/11                | <i>Чай с сахаром.</i>  | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| <b>311</b>            | <b>Итого за Полдник</b>  | <b>ккал-525, Белки-5, Жиры-19, Углеводы-84</b>                              | <b>40-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.