



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 16.09.2022

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) |
|-----------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 10 | Масло порционно | ккал-66, Жиры-7 | |
| 80 | Биточки из говядины с соусом томатным | ккал-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10 | |
| 180 | Рис отварной с маслом. | ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35 | |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный | ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15 | |
| 514,5 | Итого за Завтрак | ккал-564, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-71 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/5/1 | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10 | |
| 100 | Филе куриное тушеное с томатным соусом | ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3 | |
| 180 | Вермишель отварная с маслом сливочным и икрой кабачковой | ккал-233, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36 | |
| 200 | Кисель | ккал-124, Углеводы-31 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29 | |
| 30 | Ржаной хлеб. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 826 | Итого за Обед | ккал-865, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-123 | 95-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 | |
| 200 | Молоко кипячёное | ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-408, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-70 | 40-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.