



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 10.10.2022

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)
<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	
501	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-565, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-66	<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	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-770, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-119	<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	
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	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	<b>19-09</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Шацкова Т.Ф.