

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше
 Меню дневного рациона на 02.02.2023

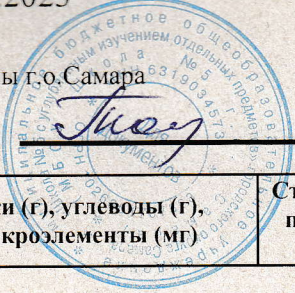
Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСПН"

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 | <i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i> | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 | |
| 200 | <i>Кисель</i> | ккал-124, Углеводы-31 | |
| 30 | <i>Хлеб пшеничный</i> | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 120 | <i>Яблоко свежее (нарезка)</i> | ккал-53, Углеводы-12 | |
| 550 | Итого за Завтрак | ккал-648, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-96 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|------------|--|--|--------------|
| 250/5/1 | <i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i> | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10 | |
| 280 | <i>Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной.</i> | ккал-420, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-28 | |
| 200 | <i>Напиток из апельсинов.</i> | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 60 | <i>Хлеб пшеничный</i> | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | <i>Ржаной хлеб.</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 826 | Итого за Обед | ккал-822, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-105 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|------------|--------------------------|---|--------------|
| 150 | <i>Витушка с изюмом.</i> | ккал-478, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-82 | |
| 200 | <i>Молоко кипячёное</i> | ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9 | |
| 350 | Итого за Полдник | ккал-594, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-91 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.