



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 22.12.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврисина

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>			
150/15	<i>Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком.</i>	ккал-390, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-44	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
100	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-44, Углеводы-10	
<b>506</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-570, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-83</b>	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/10/1	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-127, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16	
250	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком</i>	ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-24	
200	<i>Напиток из лимона</i>	ккал-98, Углеводы-24	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>801</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-864, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-114</b>	<b>95-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<i>Витушка с изюмом.</i>	ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
<b>300</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>ккал-442, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-86</b>	<b>40-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<b>200</b>	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	<b>ккал-136, Белки-1, Углеводы-33</b>	<b>19-09</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.