

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории 7 до 10 лет

Меню дневного рациона на 25.01.2023

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)
Завтрак			
80	<i>Биточки "Школьные" с соусом томатным.</i>	ккал-138, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным</i>	ккал-199, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	
200/11	<i>Чай с молоком и сахаром</i>	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	<i>Апельсин (нарезка)</i>	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
531	Итого за Завтрак	ккал-524, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-79	75-00
Обед			
250/35/1	<i>Суп картофельный спельменами мясными и зеленью укропа</i>	ккал-145, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23	
100	<i>Рыба тушёная в томате с овощами</i>	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	<i>Рис отварной с маслом</i>	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
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-801, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-130	96-00
Полдник			
100	<i>Крендель Сахарный.</i>	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	<i>Молоко кипячёное</i>	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-408, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-70	45-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор  Шацкова Т.Ф.