



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с 12

лет и старше

Меню дневного рациона на 30.01.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"

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>			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-307, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42	
200	Напиток шоколадный Хрутка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
550	Итого за Завтрак	ккал-611, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-74	75-00
<u>Обед</u>			
250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Сливочная индюшка с соусом.	ккал-132, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-7	
180	Пюре гороховое с огурцом консервированным	ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
826	Итого за Обед	ккал-789, Белки-34, Жиры-20, Углеводы-117	96-00
<u>Полдник</u>			
150	Десерт "Нежность".	ккал-669, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-110	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-714, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-121	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.