



ООО "Комбинат школьного питания"

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

лет и старше

Меню дневного рациона на 31.01.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Т.И. 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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5	<i>Масло порционно.</i>	ккал-33, Жиры-4	
280	<i>Плов с мясом, кукуруза консервированная.</i>	ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56	
200/11/7	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
553	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-707, Белки-16, Жиры-28, Углеводы-98	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
12,5/25/0/1	<i>Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом</i>	ккал-181, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-22	
105	<i>Котлеты "Любительские" рыбные с соусом</i>	ккал-92, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6	
180	<i>Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.</i>	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
838,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-800, Белки-31, Жиры-18, Углеводы-129	<b>96-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
150/20	<i>Блины со сгущенным молоком</i>	ккал-408, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-68	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
370	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-479, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-86	<b>45-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.