

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 1 лет

Меню дневного рациона на 14.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

И.А. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 5 г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250	Плов с мясом, кукуруза консервированная	ккал-453, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-49	
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
503	Итого за Завтрак	ккал-622, Белки-18, Жиры-26, Углеводы-79	75-00
<u>Обед</u>			
250/50/1	Суп картофельный с пельменями мясными и зеленью	ккал-173, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-25	
110	Котлеты "Любительские" рыбные с соусом.	ккал-91, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-6	
160	Картофельное пюре с маслом и с зелёным горошком	ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
861	Итого за Обед	ккал-773, Белки-24, Жиры-16, Углеводы-134	96-00
<u>Полдник</u>			
100/10	Блинчики со сгущенным молоком.	ккал-235, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-34	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
310	Итого за Полдник	ккал-307, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-52	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.