



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 18.05.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО ЖШП *Т.Н. Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *Т.Н. Аврискина*



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

**Завтрак**

200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	<i>Какао напиток с молоком.</i>	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-27, Углеводы-6	
490	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-631, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-80	<b>75-00</b>

**Обед**

250/5/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.</i>	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
250	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком.</i>	ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-24	
200	<i>Напиток из плодов шиповника.</i>	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
796	<b>Итого за Обед</b>	ккал-837, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-109	<b>96-00</b>

**Полдник**

100	<i>Гребешок "Школьный"</i>	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	<b>45-00</b>

**Витаминизация 1 - 4 классы**

200	<i>Морс клюквенный "Школьный"</i>	ккал-62, Углеводы-15	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-62, Углеводы-15	<b>18-01</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Бухгалтер -  
калькулятор

*Шацкова Т.Ф.*