

ООО "Комбинат школьного питания"

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

до 11 лет

Меню дневного рациона на 20.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *И. Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 5 г.о.Самара *Иванова*



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 100 | <i>Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом</i> | ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 | |
| 150 | <i>Картофельное пюре с маслом</i> | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200/11/3,5 | <i>Чай с лимоном и сахаром.</i> | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 50 | <i>Хлеб пшеничный.</i> | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 514,5 | Итого за Завтрак | ккал-465, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-68 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/5/1 | <i>Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа</i> | ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13 | |
| 100 | <i>"Гнездышки" куриные с соусом томатным</i> | ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 150 | <i>Пюре гороховое.</i> | ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 200 | <i>Компот из изюма.</i> | ккал-94, Углеводы-23 | |
| 50 | <i>Хлеб пшеничный.</i> | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 30 | <i>Хлеб ржаной.</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 786 | Итого за Обед | ккал-813, Белки-43, Жиры-18, Углеводы-120 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 90/10 | <i>Оладьи со сгущенным молоком.</i> | ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39 | |
| 200 | <i>Напиток из апельсинов.</i> | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-325, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-56 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | <i>Сок фруктовый (200 мл)</i> | ккал-68, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-68, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Иванова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Иванова

Иванова Т.Ф.