



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 24.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

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>			
10	Масло порционно	ккал-66. Жиры-7	
230	Плов с мясом	ккал-421. Белки-10. Жиры-22. Углеводы-47	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46. Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121. Белки-4. Жиры-1. Углеводы-24	
500	Итого за Завтрак	ккал-654. Белки-13. Жиры-30. Углеводы-82	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом.	ккал-122. Белки-3. Жиры-2. Углеводы-23	
105	Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным.	ккал-92. Белки-8. Жиры-4. Углеводы-6	
170	Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным.	ккал-134. Белки-3. Жиры-4. Углеводы-20	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72. Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181. Белки-6. Жиры-2. Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67. Белки-2. Углеводы-14	
816	Итого за Обед	ккал-668. Белки-21. Жиры-13. Углеводы-117	96-00
<u>Полдник</u>			
100/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-283. Белки-8. Жиры-9. Углеводы-43	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45. Углеводы-11	
321	Итого за Полдник	ккал-328. Белки-8. Жиры-9. Углеводы-54	45-00

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Т.Ф. Шацкова

Шацкова Т.Ф.