

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 12.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Г.Н.Аврискина



| Выход (г)                 | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |  |   |                         |
| 10                        | Масло порционно  | ккал-66, Жиры-7   |                         |
| 250                       | Плов из птицы с консервированной кукурузой                     | ккал-396, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-52                                    |                         |
| 200/11                    | Чай с сахаром.   | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| 40                        | Хлеб пшеничный.  | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24                                      |                         |
| 511                       | <b>Итого за Завтрак</b>  | ккал-627, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-87                                    | <b>80-00</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>        |  |   |                         |
| 14/200/1                  | Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью | ккал-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18                                      |                         |
| 100                       | Котлеты рыбные с соусом томатным.                              | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9                                       |                         |
| 150                       | Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным          | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                      |                         |
| 200                       | Компот из изюма..  | ккал-94, Углеводы-23  |                         |
| 60                        | Хлеб пшеничный   | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30                        | Хлеб ржаной .  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| 755                       | <b>Итого за Обед</b>   | ккал-702, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-113                                   | <b>105-00</b>           |
| <b><u>Полдник</u></b>     |  |   |                         |
| 100                       | Булочка "Плетёнка"   | ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57                                     |                         |
| 200                       | Какао напиток с молоком.                                       | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21                                      |                         |
| 300                       | <b>Итого за Полдник</b>  | ккал-525, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-78                                    | <b>45-00</b>            |
| <b><u>Полдник СВО</u></b> |  |   |                         |
| 100                       | Булочка "Плетёнка"   | ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57                                     |                         |
| 200/11                    | Чай с сахаром.   | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| 311                       | <b>Итого за Полдник СВО</b>                                    | ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68                                     | <b>35-86</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.