



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 02.10.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"Я
Т.Н.Аврискина

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> | | | |
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10 | |
| 180 | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой | ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35 | |
| 200/11/3 ,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 524,5 | Итого за Завтрак | ккал-520, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-75 | 80-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 12,5/20 0/1 | Суп картофельный с горохом, цыпленком и укропом | ккал-160, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-17 | |
| 100 | Рыба по-самарски тушеная с овощами | ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3 | |
| 150 | Рис отварной с маслом | ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32 | |
| 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 | |
| 753,5 | Итого за Обед | ккал-809, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-120 | 105-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 | |
| 200 | Напиток из апельсинов. | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-358, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-78 | 45-00 |
| <u>Полдник СВО</u> | | | |
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72 | 35-86 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | Морс вишневый Школьный | ккал-66, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-66, Углеводы-16 | 19-81 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.