



ООО "Комбинат школьного питания"

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

до 11 лет

Меню дневного рациона на 13.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н. Авдеевская

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
250	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200/11/3 ,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
504,5	Итого за Завтрак	ккал-627, Белки-13, Жиры-30, Углеводы-77	80-00

Обед

200/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7	
105	Котлеты рубленые из цыплят с соусом томатным..	ккал-147, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-12	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
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	
751	Итого за Обед	ккал-763, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-120	105-00

Полдник

85	Ватрушка с творогом..	ккал-264, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-39	
200/11/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
303	Итого за Полдник	ккал-311, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-51	45-00

Полдник СВО

85	Ватрушка с творогом..	ккал-264, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-39	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
296	Итого за Полдник СВО	ккал-308, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-50	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.