



ООО "Комбинат школьного питания"

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

до 11 лет

Меню дневного рациона на 03.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 5 г.о.Самара

| Выход (г)          | Наименование блюда                                  | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------|---|---|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>     |   |   |                         |
| 15                 | Сыр порционно.                                      | ккал-52, Белки-4, Жиры-4  |                         |
| 200/5              | Каша пшеничная молочная с маслом.                   | ккал-285, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-44                                      |                         |
| 200/11             | Чай с молоком и сахаром                             | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13                                       |                         |
| 40                 | Хлеб пшеничный.                                     | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24                                      |                         |
| 60                 | Яблоко свежее (нарезка)..                           | ккал-27, Углеводы-6   |                         |
| 531                | <b>Итого за Завтрак</b>                             | ккал-558, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-87                                    | <b>85-00</b>            |
| <b>Обед</b>        |   |   |                         |
| 60                 | Салат из белокочанной капусты с морковью.           | ккал-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5  |                         |
| 12,5/20            | Суп картофельный с клёцками, цыплятами и зеленью .. | ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18                                      |                         |
| 0/1                |   |   |                         |
| 250                | Плов из птицы..                                     | ккал-429, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54                                    |                         |
| 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   |                         |
| 813,5              | <b>Итого за Обед</b>                                | ккал-976, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-151                                   | <b>110-17</b>           |
| <b>Полдник</b>     |   |   |                         |
| 80                 | Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"..                   | ккал-344, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-46                                     |                         |
| 200/11/9           | Чай с лимоном, сахаром                              | ккал-46, Углеводы-11  |                         |
| 300                | <b>Итого за Полдник</b>                             | ккал-390, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-57                                     | <b>50-00</b>            |
| <b>Полдник СВО</b> |   |   |                         |
| 100                | Плюшка "Московская"                                 | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60                                     |                         |
| 200/11             | Чай с сахаром.                                      | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| 311                | <b>Итого за Полдник СВО</b>                         | ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71                                     | <b>37-83</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.