



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 07.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *А.В.Врицкина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *А.В.Врицкина*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33. Жиры-4	
85	Сосиска отварная с соусом.	ккал-132. Белки-6. Жиры-11, Углеводы-2	
150	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	ккал-131. Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136. Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
505	Итого за Завтрак	ккал-478. Белки-13, Жиры-21, Углеводы-60	85-00

Обед

200/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом	ккал-109. Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	
100	Фрикадельки из говядины с томатным соусом.	ккал-131. Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	
170	Пюре гороховое с огурцом консервированным.	ккал-246. Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181. Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67. Белки-2, Углеводы-14	
761	Итого за Обед	ккал-806. Белки-32, Жиры-18, Углеводы-128	110-17

Полдник

100/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-283. Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112. Углеводы-28	
310	Итого за Полдник	ккал-395. Белки-8, Жиры-9, Углеводы-71	50-00

Полдник СВО

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 СВО	ккал-328. Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	37-83

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шашкова Т.Ф.