



## ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.04.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|       |                                       |                                          |       |
|-------|---------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 5     | Масло порционно.                      | ккал-33, Жиры-4                          |       |
| 100   | Биточки "Школьные" с соусом томатным  | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10  |       |
| 150   | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33   |       |
| 200/7 | Чай с лимоном и сахаром.              | ккал-46, Углеводы-11                     |       |
| 40    | Хлеб пшеничный.                       | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |       |
| 502   | Итого за Завтрак                      | ккал-550, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-78 | 85-00 |

Обед

|         |                                                 |                                           |        |
|---------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 12,5/20 | 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 | 110-17 |

Полдник

|     |                        |                                        |       |
|-----|------------------------|----------------------------------------|-------|
| 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 | 50-00 |

Полдник СВО

|     |                      |                                        |       |
|-----|----------------------|----------------------------------------|-------|
| 100 | Крендель Сахарный.   | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 |       |
| 200 | Чай с сахаром.       | ккал-45, Углеводы-11                   |       |
| 300 | Итого за Полдник СВО | ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72 | 37-83 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.