



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 5 г.о.Самара для возрастной категории с
12 лет и старше

Меню дневного рациона на 29.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПИ"

Л.Н. Аверискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

Завтрак

80	<i>Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом</i>	ккал-126, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8
180	<i>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным</i>	ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
60	<i>Апельсин</i>	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5
550	Итого за Завтрак	ккал-509, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-79
		97-00

Обед

250/1	<i>Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.</i>	ккал-134, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20
105	<i>Сосиска отварная со сметанным соусом</i>	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6
180	<i>Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек.</i>	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20
200	<i>Напиток клюквенный Школьный</i>	ккал-62, Углеводы-15
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33
60	<i>Ржаной хлеб</i>	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20
856	Итого за Обед	ккал-813, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-114
		133-00

Полдник

150	<i>Гребешок "Школьный".</i>	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33
350	Итого за Полдник	ккал-532, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-93
		60-00
		60-00

Полдник СВО

150	<i>Гребешок "Школьный".</i>	ккал-396, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-61
200	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11
350	Итого за Полдник СВО	ккал-441, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72
		57-11

Зав. производством

Л.Н. Аверискина

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.