ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 01.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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		
20	*Сыр порционно.*	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
250/5	*Каша пшеничная вязкая молочная с маслом .*	ккал-333, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-53	
200/10	*Чай с яблоками и сахаром .*	ккал-49, Углеводы-12	
30	*Хлеб пшеничный..*	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
515	**Итого за Завтрак**	ккал-542, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82	*90-00*
	Обед		
60	*Салат из белокочанной капусты с морковью*	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200/1	*Суп картофельный с вермишелью и укропом..*	ккал-102, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
260	*Плов с мясом.*	ккал-466, Белки-10, Жиры-23, Углеводы-54	
200	*Напиток из плодов шиповника.*	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-181, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-33	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	**Итого за Обед**	ккал-968, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-148	*115-00*
	Полдник		
90	*Пирог "Школьный" .*	ккал-432, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-64	
200/10	*Чай с сахаром и лимоном*	ккал-46, Углеводы-11	
300	**Итого за Полдник**	ккал-478, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-75	*50-00*
	Полдник СВО		
100	*Плюшка "Московская"*	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
300	**Итого за Полдник СВО**	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	*37-83*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Шацкова Т.Ф.