

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 14.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Е.Н.Брюнчугина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	<i>Яблоко свежее (нарезка).</i>	ккал-27, Углеводы-6	
501	Итого за Завтрак	ккал-542, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-70	80-00
<u>Обед</u>			
10/200/ 1	<i>Суп картофельный с пшеном, с рыбой и укропом</i>	ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	
100	<i>"Медальон" мясной с соусом томатным</i>	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
150	<i>Рагу из овощей.</i>	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
751	Итого за Обед	ккал-689, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-108	105-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	<i>Рожок с повидлом</i>	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200/11/3 ,5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11	
314,5	Итого за Полдник СВО	ккал-379, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-70	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.