



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

| | | | |
|--------|--|--|--------------|
| 100 | "Гнездышки" куриные с соусом томатным.. | ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 165 | Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным. | ккал-141, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 45 | Хлеб пшеничный . | ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27 | |
| 521 | Итого за Завтрак | ккал-498, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-66 | 85-00 |

Обед

| | | | |
|-----|--------------------------------------|---|---------------|
| 200 | Суп молочный с рисовой крупой | ккал-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 | |
| 105 | Сосиска отварная со сметанным соусом | ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 745 | Итого за Обед | ккал-715, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-108 | 110-17 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.