

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 18.10.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП" Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 102 г. Самара

Е.Н. Брончугина

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

**Завтрак**

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
85	Сосиска отварная с соусом.	ккал-132, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
180	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	ккал-141, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-19	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-534, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-68	<b>86-75</b>

**Обед**

250/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом.	ккал-143, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20	
100	Фрикадельки из говядины с томатным соусом.	ккал-131, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	
180	Пюре гороховое с огурцом консервированным	ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток из вишни	ккал-73, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	<b>Итого за Обед</b>	ккал-842, Белки-35, Жиры-19, Углеводы-132	<b>121-46</b>

**Обед №2**

250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
280	Азу с мясом	ккал-413, Белки-9, Жиры-31, Углеводы-25	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	<b>Итого за Обед №2</b>	ккал-872, Белки-20, Жиры-37, Углеводы-114	<b>121-46</b>

**Витаминизация**

200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68, Углеводы-16	
200	<b>Итого за Витаминизация</b>	ккал-68, Углеводы-16	<b>19-81</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брончугина Е.Н.