



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 20.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



*Е.Н. Брончугина*

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

Завтрак

|            |  |  |              |
|------------|--|--|--------------|
| 100        | Биточки "Школьные" с соусом томатным           | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10  |              |
| 210        | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой | ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37  |              |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром.                       | ккал-46, Углеводы-11                     |              |
| 30         | Хлеб пшеничный..                               | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18    |              |
| 554,5      | <b>Итого за Завтрак</b>                        | ккал-559, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-76 | <b>86-75</b> |

Обед

|             |  |   |               |
|-------------|--|---|---------------|
| 12,5/25 0/1 | Суп картофельный с горохом и цыпленком и укропом | ккал-186, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-21    |               |
| 100         | Рыба по-самарски тушеная с овощами               | ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3    |               |
| 180         | Рис отварной с маслом.                           | ккал-229, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-38    |               |
| 200         | Компот из сухофруктов.                           | ккал-72, Углеводы-18                      |               |
| 60          | Хлеб пшеничный                                   | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |               |
| 40          | Хлеб ржаной                                      | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19             |               |
| 843,5       | <b>Итого за Обед</b>                             | ккал-896, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-135 | <b>121-46</b> |

Обед №2

|             |  |   |               |
|-------------|--|---|---------------|
| 12,5/25 0/1 | Рассольник Ленинградский с цыпятами и укропом. | ккал-166, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-20    |               |
| 280         | Бигус с колбасой.                              | ккал-288, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-19  |               |
| 200         | Напиток из лимона                              | ккал-98, Углеводы-24                      |               |
| 60          | Хлеб пшеничный                                 | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |               |
| 40          | Хлеб ржаной                                    | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19             |               |
| 843,5       | <b>Итого за Обед №2</b>                        | ккал-823, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-118 | <b>121-46</b> |

Витаминизация

|     |                               |                      |              |
|-----|-------------------------------|----------------------|--------------|
| 200 | Морс вишневый Школьный        | ккал-66, Углеводы-16 |              |
| 200 | <b>Итого за Витаминизация</b> | ккал-66, Углеводы-16 | <b>19-81</b> |

Зав. производством

*сеф* Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Б* Брончугина Е.Н.