



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 22.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Н.А.Аврискина



| 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-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10 | |
| 170 | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой. | ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-------|---------------------------------------|---|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с горохом и зеленью. | ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 100 | Рыба тушёная в томате с овощами | ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3 | |
| 150 | Рис отварной с маслом | ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125 | 96-00 |

Витаминизация

| | | | |
|-----|-------------------------------|----------------------|--------------|
| 100 | Яблоко свежее (нарезка) | ккал-44, Углеводы-10 | |
| 100 | Итого за Витаминизация | ккал-44, Углеводы-10 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.