



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 30.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Ф.Н.Аврискина



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

Завтрак

| | | | |
|----------|-------------------------|--|--------------|
| 10 | Масло порционно | ккал-66, Жиры-7 | |
| 230 | Плов с мясом | ккал-421, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47 | |
| 200/11/9 | Чай с лимоном, сахаром | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-654, Белки-13, Жиры-30, Углеводы-82 | 80-00 |

Обед

| | | | |
|-------|---|---|---------------|
| 250/1 | Суп картофельный с вермишелью и укропом. | ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23 | |
| 100 | Котлеты рыбные с соусом томатным. | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13 | |
| 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-677, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-113 | 105-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.