

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 30.09.2024 Для

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Г.Н. Аврискина

Документов

Е.Н. Макарова

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

Завтрак

|        |  |  |              |
|--------|--|--|--------------|
| 15     | Сыр порционно.                             | ккал-52, Белки-4, Жиры-4                 |              |
| 250/10 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | ккал-381, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-55 |              |
| 200/11 | Чай с молоком и сахаром                    | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13    |              |
| 40     | Хлеб пшеничный.                            | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |              |
| 60     | Яблоко свежее (нарезка)..                  | ккал-27, Углеводы-6                      |              |
| 586    | <b>Итого за Завтрак</b>                    | ккал-654, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-98 | <b>86-75</b> |

Обед

|         |   |   |               |
|---------|---|---|---------------|
| 100     | Салат из белокочанной капусты с морковью          | ккал-86, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9        |               |
| 12,5/25 | Суп картофельный с клёцками, цыплятами и зеленью. | ккал-177, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-22      |               |
| 280     | Плов из птицы.                                    | ккал-474, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-62    |               |
| 200     | Компот из изюма..                                 | ккал-94, Углеводы-23                        |               |
| 60      | Хлеб пшеничный                                    | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36      |               |
| 30      | Хлеб ржаной .                                     | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14               |               |
| 933,5   | <b>Итого за Обед</b>                              | ккал-1 079, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-165 | <b>121-46</b> |

Обед №2

|         |   |   |               |
|---------|---|---|---------------|
| 12,5/25 | Суп овощной с зелёным горошком, цыплятами и укропом | ккал-131, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-12    |               |
| 100     | Шницель мясной с соусом томатным.                   | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10   |               |
| 180     | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным      | ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39    |               |
| 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             |               |
| 833,5   | <b>Итого за Обед №2</b>                             | ккал-885, Белки-25, Жиры-29, Углеводы-129 | <b>121-46</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.