



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 31.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор



Для
подписания

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Е.Н.Брюнчугина

| 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 | |
| 250 | Плов с мясом, кукуруза консервированная | ккал-453, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-49 | |
| 200/11/7 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 503 | Итого за Завтрак | ккал-622, Белки-18, Жиры-26, Углеводы-79 | 85-00 |

Обед

| | | | |
|---------|--|---|---------------|
| 200/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и зеленью. | ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 105 | Котлеты рубленые из цыплят с соусом томатным | ккал-140, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-12 | |
| 150 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 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 | |
| 751 | Итого за Обед | ккал-757, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-120 | 110-17 |

Зав. производством

Е.Е.Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Е.Н.Брюнчугина

Брюнчугина Е.Н.