



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 11.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

*Т.Н. Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*Е.Н. Бригучкина*

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	
150/10/5	Макаронные изделия отварные с сыром..	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-539, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-84	

Обед

250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью..	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным .	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
180	Рис отварной с маслом и томатам свежим	ккал-173, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	<b>Итого за Обед</b>	ккал-857, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-125	

Полдник

90	Круассан с конфитюром	ккал-288, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-36	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
304,5	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-334, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-47	

**Итого за день**

ккал-1 730, Белки-47, Жиры-55, Углеводы-286 **270-91**

Зав. производством *Масарова Е.Е.*

Бухгалтер - кассир *Бригучкина Е.Н.*