



## ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 36 корпус 1 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 21.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36/1 г.о.Самара

| 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                 |       |
| 85     | Сосиска отварная с соусом                 | ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2   |       |
| 150    | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-139, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20   |       |
| 200/11 | Чай с сахаром.                            | ккал-45, Углеводы-11                     |       |
| 40     | Хлеб пшеничный.                           | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |       |
| 501    | Итого за Завтрак                          | ккал-487, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-58 | 80-00 |

Обед

|          |                                                    |                                           |        |
|----------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 200/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-99, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11     |        |
| 250      | Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком.    | ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-24   |        |
| 200      | Напиток из плодов шиповника.                       | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |        |
| 50       | Хлеб пшеничный.                                    | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30    |        |
| 30       | Хлеб ржаной.                                       | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 741      | Итого за Обед                                      | ккал-806, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-103 | 105-00 |

Полдник

|     |                     |                                        |       |
|-----|---------------------|----------------------------------------|-------|
| 100 | Гребешок "Школьный" | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 |       |
| 200 | Напиток из вишни..  | ккал-73, Углеводы-17                   |       |
| 300 | Итого за Полдник    | ккал-430, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-78 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.