



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 28.09.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36 г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

|        |                                           |                                           |       |
|--------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|
| 200/15 | Вареники из творога со сгущенным молоком. | ккал-425, Белки-25, Жиры-13, Углеводы-51  |       |
| 200    | Кисель                                    | ккал-124, Углеводы-31                     |       |
| 30     | Хлеб пшеничный..                          | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18     |       |
| 70     | Яблоко свежее (нарезка)                   | ккал-31, Углеводы-7                       |       |
| 515    | Итого за Завтрак                          | ккал-670, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-107 | 75-00 |

Обед

|         |                                                          |                                           |       |
|---------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|
| 250/5/1 | Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.                | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10     |       |
| 250     | Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной | ккал-393, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-25   |       |
| 200     | Напиток из апельсинов.                                   | ккал-67, Углеводы-17                      |       |
| 60      | Хлеб пшеничный                                           | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |       |
| 30      | Хлеб ржаной.                                             | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |       |
| 796     | Итого за Обед                                            | ккал-794, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-102 | 96-00 |

Полдник

|     |                   |                                          |       |
|-----|-------------------|------------------------------------------|-------|
| 100 | Витушка с изюмом. | ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55   |       |
| 200 | Молоко кипячёное  | ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9    |       |
| 300 | Итого за Полдник  | ккал-434, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-64 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.