



## ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.12.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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

|     |                                     |                                           |       |
|-----|-------------------------------------|-------------------------------------------|-------|
| 100 | "Колбаски" куриные с соусом..       | ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11    |       |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | ккал-200, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-39    |       |
| 200 | Какао напиток с молоком.            | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21    |       |
| 50  | Хлеб пшеничный .                    | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30    |       |
| 500 | Итого за Завтрак                    | ккал-625, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-101 | 80-00 |

Обед

|       |                                               |                                          |        |
|-------|-----------------------------------------------|------------------------------------------|--------|
| 200/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью . | ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6     |        |
| 100   | Мясо тушёное с соусом.                        | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3   |        |
| 160   | Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком | ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21   |        |
| 200   | Напиток клюквенный Школьный                   | ккал-62, Углеводы-15                     |        |
| 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-762, Белки-21, Жиры-33, Углеводы-95 | 105-00 |

Полдник

|     |                                    |                                         |       |
|-----|------------------------------------|-----------------------------------------|-------|
| 100 | Ватрушка с творогом.               | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46 |       |
| 200 | Кисель из вишни (фруктово-ягодный) | ккал-99, Углеводы-25                    |       |
| 300 | Итого за Полдник                   | ккал-409, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-70 | 45-00 |

Полдник СВО

|        |                      |                                         |       |
|--------|----------------------|-----------------------------------------|-------|
| 100    | Ватрушка с творогом. | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46 |       |
| 200/11 | Чай с сахаром.       | ккал-45, Углеводы-11                    |       |
| 311    | Итого за Полдник СВО | ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57 | 35-86 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.