



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36/

Т.Н. Аврискина

МБОУ  
Школа № 36  
г.о. Самара

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

Завтрак

|     |                                                           |                                          |       |
|-----|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 200 | Запеканка из творога с рисом с соусом<br>молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 |       |
| 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                      |       |
| 500 | Итого за Завтрак                                          | ккал-626, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-91 | 75-00 |

Обед

|         |                                                             |                                           |       |
|---------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|
| 250/5/1 | Суп овощной со сметаной и зеленью<br>укропа.                | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10     |       |
| 250     | Жаркое по-домашнему с мясом и<br>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      | Ржаной хлеб.                                                | 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.