



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 36 корпус 1 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 11.10.2022

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Е.Н. Аbrisкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 36/1 г.о.Самара

*М.А. Шацкова*

| Выход<br>(г)                      | Наименование блюда                                                     | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                    |                                                                        |                                                                                |                               |
| 5                                 | Масло порционно.                                                       | ккал-33, Жиры-4                                                                |                               |
| 105                               | Омлет натуральный с маслом                                             | ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2                                        |                               |
| 150/15/<br>5                      | Макаронные изделия отварные с сыром.                                   | ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35                                        |                               |
| 200/11/<br>3,5                    | Чай с лимоном и сахаром.                                               | ккал-46, Углеводы-11                                                           |                               |
| 30                                | Хлеб пшеничный                                                         | ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15                                         |                               |
| 524,5                             | Итого за Завтрак                                                       | ккал-606, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-63                                       | 75-00                         |
| <b>Обед</b>                       |                                                                        |                                                                                |                               |
| 250/1                             | Суп картофельный с горохом и зеленью укропа                            | ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22                                         |                               |
| 100                               | Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом                             | ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6                                         |                               |
| 170                               | Картофельное пюре с маслом сливочным огурец консервированный порционно | ккал-128, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-15                                         |                               |
| 200                               | Напиток клюквенный Школьный                                            | ккал-62, Углеводы-15                                                           |                               |
| 60                                | Хлеб пшеничный                                                         | ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29                                         |                               |
| 30                                | Ржаной хлеб.                                                           | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                                                  |                               |
| 811                               | Итого за Обед                                                          | ккал-687, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-101                                      | 95-00                         |
| <b>Полдник</b>                    |                                                                        |                                                                                |                               |
| 100/20                            | Оладьи со сгущенным молоком                                            | ккал-330, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-52                                        |                               |
| 200                               | Напиток из плодов вишни                                                | ккал-73, Углеводы-17                                                           |                               |
| 320                               | Итого за Полдник                                                       | ккал-403, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-69                                        | 40-00                         |
| <b>Витаминизация 1 - 4 классы</b> |                                                                        |                                                                                |                               |
| 120                               | Яблоко свежее (нарезка)                                                | ккал-53, Углеводы-12                                                           |                               |
| 120                               | Итого за Витаминизация 1 - 4 классы                                    | ккал-53, Углеводы-12                                                           | 19-09                         |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.