

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 8 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 06.10.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО

Т.Н.Аврискина

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 8 г.о.Самара

Школа № 8  
г.о. Самара

*О.В. Мамбеда*

Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
150/15	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком.	ккал-390, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-44	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
506	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-585, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-80	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/10/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-151, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-21	
250	Жаркое по-домашнему с мясом и огурцом свежим порционно	ккал-385, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-23	
200	Напиток из лимона	ккал-98, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-853, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-112	<b>95-00</b>
<b>Полдник</b>			
100	Витушка с изюмом.	ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-442, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-86	<b>40-00</b>
<b>Витаминация 1 - 4 классы</b>			
200	Морс вишневый "Школьный"	ккал-66, Углеводы-16	
200	<b>Итого за Витаминация 1 - 4 классы</b>	ккал-66, Углеводы-16	<b>19-09</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.