



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 8 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 26.05.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 110 | Тефтели из мяса с томатным соусом. | ккал-164, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-9 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 514,5 | Итого за Завтрак | ккал-464, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-65 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/1 | Солянка Домашняя с укропом | ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 100 | Филе куриное тушеное с томатным соусом | ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3 | |
| 150 | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-819, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-112 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Ватрушка с творогом. | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62 | 45-00 |
| <u>Витаминизация 1 - 4 классы</u> | | | |
| 200 | Морс вишневый "Школьный" | ккал-66, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация 1 - 4 классы | ккал-66, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 8 г.о.Самара для возрастной категории с 12

лет и старше

Меню дневного рациона на 26.05.2023

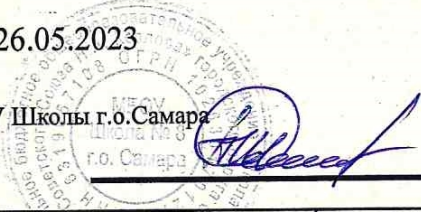
Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

| | | | |
|------------|------------------------------------|--|--------------|
| 110 | Тефтели из мяса с томатным соусом. | ккал-164, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-9 | |
| 180 | Картофельное пюре с маслом. | ккал-143, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17 | |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 564,5 | Итого за Завтрак | ккал-534, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-74 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-------|--|---|--------------|
| 250/1 | Солянка Домашняя с укропом | ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 100 | Филе куриное тушеное с томатным соусом | ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3 | |
| 180 | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 821 | Итого за Обед | ккал-847, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-115 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|-----|------------------------------|--|--------------|
| 150 | Ватрушка с творогом. | ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 350 | Итого за Полдник | ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85 | 40-47 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Шацкова Т.Ф.