



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 8 корпус 2 г.о. Самара для возрастной категории с 12 лет и старше
Меню дневного рациона на 21.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

В.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> | | | |
| 20 | Сыр порционно. | ккал-69, Белки-5, Жиры-5 | |
| 85 | Сосиска отварная с соусом | ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2 | |
| 180 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 556 | Итого за Завтрак | ккал-593, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-74 | 85-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12 | |
| 280 | Жаркое по-домашнему с мясом и зелёным горошком | ккал-417, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-27 | |
| 200 | Напиток из плодов шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 831 | Итого за Обед | ккал-872, Белки-19, Жиры-38, Углеводы-113 | 110-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 8 корпус 2 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 21.03.2024

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 | | | |
| 15 | Сыр порционно. | ккал-52, Белки-4, Жиры-4 | |
| 85 | Сосиска отварная с соусом | ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-139, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 501 | Итого за Завтрак | ккал-487, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-58 | 80-00 |
| Обед | | | |
| 200/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-99, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11 | |
| 250 | Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком. | ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-24 | |
| 200 | Напиток из плодов шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 741 | Итого за Обед | ккал-806, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-103 | 105-00 |
| Полдник СВО | | | |
| 100 | Гребешок Школьный. | ккал-361, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-62 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-406, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-73 | 35-86 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.