

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 45 г.о.Самара для возрастной категории с 7

до 11 лет

Меню дневного рациона на 20.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



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>			
100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-85. Белки-11. Жиры-7. Углеводы-6	
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	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151. Белки-5. Жиры-1. Углеводы-30	
514,5	Итого за Завтрак	ккал-465. Белки-19. Жиры-13. Углеводы-68	75-00
<u>Обед</u>			
250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87. Белки-3. Жиры-3. Углеводы-13	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177. Белки-17. Жиры-9. Углеводы-7	
150	Пюре гороховое.	ккал-236. Белки-16. Жиры-4. Углеводы-33	
200	Компот из изюма.	ккал-94. Углеводы-23	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151. Белки-5. Жиры-1. Углеводы-30	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67. Белки-2. Углеводы-14	
786	Итого за Обед	ккал-813. Белки-43. Жиры-18. Углеводы-120	96-00
<u>Витаминизация</u>			
200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68. Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация	ккал-68. Углеводы-16	18-01

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 45 г.о.Самара для возрастной категории

12 лет и старше

Меню дневного рациона на 20.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО

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

100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	Итого за Завтрак	ккал-522, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-78	75-00

Обед

250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
180	Пюре гороховое.	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Компот из изюма.	ккал-94, Углеводы-23	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
816	Итого за Обед	ккал-868, Белки-46, Жиры-20, Углеводы-127	96-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шанкова Г.Ф.