



русская

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 45 г.о.Самара для возрастной категории 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 26.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

| | | | |
|------------|--------------------------------------|------------------------------------------|--------------|
| 100 | Сарделька отварная с соусом томатным | ккал-135, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-5 | |
| 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-14, Жиры-16, Углеводы-67 | 80-00 |

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 | |
| 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 | 105-00 |

Зав. производством

Микарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Щапова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

12 лет и старше

Меню дневного рациона на 26.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

| | | | |
|------------|--------------------------------------|------------------------------------------|--------------|
| 100 | Сарделька отварная с соусом томатным | ккал-135, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-5 | |
| 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-521, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-77 | 85-00 |

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 | 110-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.