



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 20.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

*[Signature]*



Т.Н.Авдеева

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*[Signature]*



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

Завтрак

100	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-155, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-9	
170	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.	ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Яблоко свежее (нарезка) .	ккал-27, Углеводы-6	
560	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-525, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-77	<b>80-00</b>

Обед

12,5/20	Суп картофельный с горохом, цыпленком и укропом	ккал-160, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-17	
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
150	Рис отварной с овощами.	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
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	
753,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-818, Белки-32, Жиры-26, Углеводы-115	<b>105-00</b>

Зав. производством

*[Signature]*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*[Signature]*

Шашкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 45 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 20.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н. Авдеева

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	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-155, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-9	
180	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Яблоко свежее (нарезка) .	ккал-27, Углеводы-6	
570	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-533, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-78	<b>85-00</b>

Обед

12,5/25	Суп картофельный с горохом и цыпленком и укропом	ккал-186, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-21	
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
180	Рис отварной с овощами .	ккал-240, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-32	
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	
833,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-885, Белки-33, Жиры-28, Углеводы-124	<b>110-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шашкова Т.Ф.