

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 85 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 11.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО КШП

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Т. Аврискина

МБОУ

Школа № 85

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	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-522, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-78	<b>75-00</b>

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	<b>Итого за Обед</b>	ккал-868, Белки-46, Жиры-20, Углеводы-127	<b>96-00</b>

Обед №2

250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
280	Плов с мясом и огурцом консервированным порционно.	ккал-426, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	<b>Итого за Обед №2</b>	ккал-886, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-137	<b>96-00</b>

Полдник

90/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-325, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-56	<b>45-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.