

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 85 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 28.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО КШП

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

И.П.Аврискина

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

Завтрак

| | | | |
|----------|-------------------------|--|--------------|
| 10 | Масло порционно | ккал-66, Жиры-7 | |
| 230 | Плов из филе птицы | ккал-384, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-49 | |
| 200/11/9 | Чай с лимоном, сахаром | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-617, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-85 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-----|-----------------------------------|---|--------------|
| 250 | Бульон с пельменями отварными | ккал-208, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-26 | |
| 100 | Котлеты рыбные с соусом томатным. | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 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 | |
| 790 | Итого за Обед | ккал-795, Белки-33, Жиры-19, Углеводы-123 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|--------|------------------------------|--|--------------|
| 100/10 | Оладьи со сгущенным молоком. | ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 321 | Итого за Полдник | ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54 | 45-00 |

Витаминизация

| | | | |
|-----|-------------------------------|----------------------|--------------|
| 100 | Яблоко свежее (нарезка) | ккал-44, Углеводы-10 | |
| 100 | Итого за Витаминизация | ккал-44, Углеводы-10 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Бриончугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 28.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО КСПП

Т.Н. Аврищева

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

М.П. / Д.И. Макарова

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

Завтрак

| | | | |
|----------------|--------------------------|---|--------------|
| 10 | Масло порционно | ккал-66, Жиры-7 | |
| 280 | Плов из филе птицы. | ккал-497, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-62 | |
| 200/11/3 ,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 554,5 | Итого за Завтрак | ккал-759, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-103 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-----|-----------------------------------|---|--------------|
| 250 | Бульон с пельменями отварными | ккал-208, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-26 | |
| 100 | Котлеты рыбные с соусом томатным. | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 180 | Картофельное пюре с маслом | ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24 | |
| 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 | |
| 820 | Итого за Обед | ккал-822, Белки-33, Жиры-20, Углеводы-127 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|--------|------------------------------|--|--------------|
| 100/10 | Оладьи со сгущенным молоком. | ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 321 | Итого за Полдник | ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54 | 45-00 |

Витаминизация

| | | | |
|-----|-------------------------------|----------------------|--------------|
| 100 | Яблоко свежее (нарезка) | ккал-44, Углеводы-10 | |
| 100 | Итого за Витаминизация | ккал-44, Углеводы-10 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Бриончугина Е.Н.

Бриончугина Е.Н.