

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

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 | "Медальон" мясной с соусом томатным | ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11 | |
| 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-459, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-72 | 80-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/5/1 | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10 | |
| 105 | Сосиска отварная с томатным соусом.. | ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5 | |
| 150 | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-738, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-110 | 105-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Ватрушка с творогом. | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62 | 45-00 |
| <u>Полдник СВО</u> | | | |
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72 | 35-86 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 02.02.2024

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "КШП"

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Н.Аврискина

МБОУ Школа № 85 г.о.Самара
Бухгалтер - калькулятор
Брюнчугина Е.Н.

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | "Медальон" мясной с соусом томатным | ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11 | |
| 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-516, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-82 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 250/5/1 | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10 | |
| 105 | Сосиска отварная с томатным соусом.. | ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5 | |
| 180 | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35 | |
| 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 | |
| 831 | Итого за Обед | ккал-796, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-118 | 110-00 |
| Обед №2 | | | |
| 250/1 | Суп картофельный с рисом и зеленью укропа | ккал-109, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-21 | |
| 100 | Рыба запечённая со сметанным соусом. | ккал-155, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5 | |
| 180 | Каша пшеничная с маслом сливочным. | ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46 | |
| 200 | Компот из изюма.. | ккал-94, Углеводы-23 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 821 | Итого за Обед №2 | ккал-883, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-144 | 110-00 |
| Полдник | | | |
| 150 | Ватрушка с творогом . | ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 350 | Итого за Полдник | ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85 | 45-00 |
| Полдник СВО | | | |
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 50 | Апельсин (нарезка). | ккал-19, Углеводы-4 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-355, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-76 | 54-13 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.