



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 85 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 31.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н. Атрискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



*С.С. Чубова*

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

Завтрак

|            |   |   |              |
|------------|---|---|--------------|
| 60         | Омлет натуральный.                                    | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1            |              |
| 180/15/6   | Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41         |              |
| 200/11     | Чай с сахаром.  | ккал-45, Углеводы-11                            |              |
| 30         | Хлеб пшеничный..                                      | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18           |              |
| <b>502</b> | <b>Итого за Завтрак</b>                               | <b>ккал-522, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-71</b> | <b>80-00</b> |

Обед

|            |   |  |               |
|------------|---|--|---------------|
| 250/1      | Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом         | ккал-143, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20           |               |
| 100        | Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом. | ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7           |               |
| 150        | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.         | ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21           |               |
| 200        | Напиток из плодов шиповника.                      | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24                   |               |
| 60         | Хлеб пшеничный                                    | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36           |               |
| 30         | Хлеб ржаной.                                      | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                    |               |
| <b>791</b> | <b>Итого за Обед</b>                              | <b>ккал-793, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-121</b> | <b>105-00</b> |

Полдник

|              |                          |  |              |
|--------------|--------------------------|--|--------------|
| 100          | Плюшка "Московская"      | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60        |              |
| 200/11/3,5   | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11                           |              |
| <b>314,5</b> | <b>Итого за Полдник</b>  | <b>ккал-403, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-71</b> | <b>45-00</b> |

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 31.07.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПН"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.И.Авдеевская

*Брунчугина Е.Н.*

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

Завтрак

|          |                                     |  |              |
|----------|-------------------------------------|--|--------------|
| 80       | Омлет натуральный.                  | ккал-121, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-2    |              |
| 180/20/6 | Макаронные изделия отварные с сыром | ккал-305, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-41 |              |
| 200/11   | Чай с сахаром.                      | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 60       | Хлеб пшеничный                      | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36   |              |
| 557      | <b>Итого за Завтрак</b>             | ккал-652, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-90 | <b>85-00</b> |

Обед

|       |  |   |               |
|-------|--|---|---------------|
| 250/1 | Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом          | ккал-143, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20    |               |
| 100   | Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом . | ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7    |               |
| 180   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным           | ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25    |               |
| 200   | Напиток из плодов шиповника.                       | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |               |
| 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</b>                               | ккал-821, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-125 | <b>110-00</b> |

Полдник

|            |                          |   |              |
|------------|--------------------------|---|--------------|
| 150        | Плюшка "Московская".     | ккал-531, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-89  |              |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11                      |              |
| 364,5      | <b>Итого за Полдник</b>  | ккал-577, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-100 | <b>45-00</b> |

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер - калькулятор *Брунчугина Е.Н.*