

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 07.03.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 85 г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 15 | Сыр порционно. | ккал-52, Белки-4, Жиры-4 | |
| 85 | Сосиска отварная с соусом | ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 501 | Итого за Завтрак | ккал-488, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-58 | 80-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-99, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11 | |
| 250 | Жаркое по-домашнему с мясом и зелёным горошком. | ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-24 | |
| 200 | Напиток из плодов шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 741 | Итого за Обед | ккал-806, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-103 | 105-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Гребешок "Школьный" | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 | |
| 200 | Напиток из вишни.. | ккал-73, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-430, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-78 | 45-00 |
| <u>Полдник СВО</u> | | | |
| 100 | Гребешок "Школьный" | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-402, Белки-8, Жиры-9, 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 07.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Авришкина

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

| | | | |
|--------|--|--|--------------|
| 20 | Сыр порционно. | ккал-69, Белки-5, Жиры-5 | |
| 85 | Сосиска отварная с соусом | ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2 | |
| 180 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 556 | Итого за Завтрак | ккал-593, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-74 | 85-00 |

Обед

| | | | |
|----------|--|---|---------------|
| 250/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12 | |
| 280 | Жаркое по-домашнему с мясом и зелёным горошком | ккал-417, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-27 | |
| 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 | |
| 831 | Итого за Обед | ккал-872, Белки-19, Жиры-38, Углеводы-113 | 110-00 |

Обед №2

| | | | |
|-----|---|---|---------------|
| 250 | Суп молочный с макаронными изделиями | ккал-156, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21 | |
| 100 | Котлеты рубленые из птицы с томатным соусом | ккал-157, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10 | |
| 180 | Каша пшённая с маслом. | ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 820 | Итого за Обед №2 | ккал-899, Белки-29, Жиры-24, Углеводы-141 | 110-00 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|-----------------------------|--|--------------|
| 100 | Гребешок "Школьный" | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 50 | Груша свежая (нарезка) | ккал-23, Углеводы-5 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-425, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-77 | 54-13 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.