



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 3 г. Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 05.09.2024

Утверждаю:

генеральный директор ООО "КШП"



Т.Н. Авряскина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



И. Туфанов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
100	Котлеты "Сочные" куриные с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-5	
150	Каша пшеничная вязкая с маслом.	ккал-157, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
516	Итого за Завтрак	ккал-494, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-64	80-00
Обед			
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, свежий томат	ккал-392, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-25	
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-809, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-103	105-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.