



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 3 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 05.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.И. Аврискина

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

200/5	Каша пшённая молочная со сливочным маслом	ккал-274, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-43	
85	Слойка с сыром и ветчиной	ккал-390, Белки-14, Жиры-25, Углеводы-28	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
50	Яблоко свежее (нарезка)..	ккал-22, Углеводы-5	
581	Итого за Завтрак	ккал-822, Белки-25, Жиры-34, Углеводы-105	86-75

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-86, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9	
12,5/25	Суп картофельный с клецками, цыплятами и зеленью.	ккал-177, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-22	
0/1			
280	Плов из птицы.	ккал-474, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-62	
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	
933,5	Итого за Обед	ккал-1 079, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-165	121-46

Полдник

150	Плюшка "Московская".	ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-526, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-87	54-13

Полдник СВО

150	Плюшка "Московская".	ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-526, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-87	54-13

Витаминизация

200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	Итого за Витаминизация	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	19-81

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брончугина Е.Н.