



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 3 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 26.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Согласовано: № 3

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

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
280	Жаркое по-домашнему из цыплят, зелёный горошек консервированный.	ккал-302, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-27	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
551	Итого за Завтрак	ккал-564, Белки-16, Жиры-25, Углеводы-69	86-75

Обед

14/250/	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-145, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным..	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
180	Рис отварной с маслом и кукурузой консервированной.	ккал-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34	
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	
835	Итого за Обед	ккал-825, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-136	121-46

Полдник

150	Булочка "Плетёнка".	ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-77	54-13

Полдник СВО

150	Булочка "Плетёнка".	ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-77	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.