

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 30.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Г.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

С. Гучаев

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

Завтрак

| | | | |
|--------|---|---|--------------|
| 100 | "Гнездышки" куриные с соусом томатным.. | ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 200 | Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным | ккал-186, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 561 | Итого за Завтрак | ккал-559, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-79 | 86-75 |

Обед

| | | | |
|-----|--------------------------------------|--|---------------|
| 250 | Суп молочный с рисовой крупой. | ккал-145, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 105 | Сосиска отварная со сметанным соусом | ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6 | |
| 180 | Картофельное пюре с маслом | ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19 | |
| 835 | Итого за Обед | ккал-793, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-120 | 121-46 |

Полдник

| | | | |
|--------|-------------------------|---|--------------|
| 150 | Гребешок "Школьный". | ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 361 | Итого за Полдник | ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89 | 54-13 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|-----------------------------|---|--------------|
| 150 | Гребешок "Школьный". | ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89 | 54-13 |

Зав. производством

С. Гучаев

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

С. Гучаев

Брюнчугина Е.Н.