

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 13.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Т.Н. Аврискина

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

**Завтрак**

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный..	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
551	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-590, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-80	<b>91-52</b>

**Обед**

10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Бифитекс " Пикантный" с соусом томатным	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
180	Пюре гороховое с огурцом консервированным	ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	<b>Итого за Обед</b>	ккал-832, Белки-37, Жиры-18, Углеводы-131	<b>128-14</b>

**Полдник**

150	Витушка с изюмом.	ккал-475, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-82	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-515, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-92	<b>60-00</b>

**Полдник СВО**

150	Крендель "Сахарный".	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-341, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-57	<b>57-11</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.