



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 19.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. 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)
<b>Завтрак</b>			
100	Биточки "Школьные" с соусом.	ккал-192, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-11	
210	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
554,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-588, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-77	<b>91-52</b>
<b>Обед</b>			
12,5/25	Суп картофельный с горохом и цыпленком и укропом	ккал-186, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-21	
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
180	Рис отварной с маслом .	ккал-229, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-38	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
843,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-896, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-135	<b>128-14</b>
<b>Полдник</b>			
150	Крендель "Сахарный".	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-363, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-62	<b>60-00</b>
<b>Полдник СВО</b>			
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.