



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 22.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ "Школа № 3" г.о. Самара



[Signature] Е.Е. Аврискина

[Signature] Жулапов

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

Завтрак

280	Плов с мясом, огурец консервированный..	ккал-504, Белки-13, Жиры-29, Углеводы-48	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
551	Итого за Завтрак	ккал-731, Белки-18, Жиры-31, Углеводы-95	91-52

Обед

250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и с кукурузой консервированной.	ккал-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-24	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
50	Хлеб ржаной.	ккал-85, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	
846	Итого за Обед	ккал-792, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-118	128-14

Полдник

140	Ватрушка с повидлом.	ккал-383, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-75	
200/11/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
358	Итого за Полдник	ккал-431, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-87	60-00

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	57-11

Зав. производством *[Signature]* Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор *[Signature]* Брюнчугина Е.Н.