

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 28.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано

Директор МБОУ "Школа № 3" г.о. Самара

Т.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5	Масло порционнo.	ккал-33, Жиры-4	
280	Плов с мясом, кукуруза консервированная .	ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56	
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-48, Углеводы-12	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
563	Итого за Завтрак	ккал-740, Белки-16, Жиры-29, Углеводы-104	91-52
<u>Обед</u>			
250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
105	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	Итого за Обед	ккал-808, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-127	128-14
<u>Полдник</u>			
150	Ватрушка с творогом .	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200/11/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
368	Итого за Полдник	ккал-513, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80	60-00
<u>Полдник СВО</u>			
150	Ватрушка с творогом .	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-47, Углеводы-12	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-512, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80	57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Бюончугина Е.Н.