

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 15.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПТ"

Т.И. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

М. Булашова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (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	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-559, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-79	<b>91-52</b>

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	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
825	<b>Итого за Обед</b>	ккал-770, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-116	<b>128-14</b>

Полдник

150	Гребешок " Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-532, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-95	<b>60-00</b>

Полдник СВО

150	Гребешок " Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-47, Углеводы-12	
361	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-513, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-90	<b>57-11</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.