



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 83 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 03.06.2024

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> |  |   |                         |
| 10             | Масло порционно                                  | ккал-66, Жиры-7   |                         |
| 25             | Ветчина порционно                                | ккал-55, Белки-6, Жиры-5  |                         |
| 200/20/5       | Макаронные изделия отварные с маслом, с сыром... | ккал-328, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-47                                    |                         |
| 200            | Какао напиток с молоком.                         | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21                                      |                         |
| 30             | Хлеб пшеничный..                                 | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                       |                         |
| 70             | Апельсин (нарезка)                               | ккал-26, Белки-1, Углеводы-6  |                         |
| 560            | <b>Итого за Завтрак</b>                          | ккал-700, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-92                                    |                         |
| <b>Обед</b>    |  |   |                         |
| 100            | Икра из моркови.                                 | ккал-105, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-9                                       |                         |
| 12,5/25/0/1    | Суп картофельный с рисом, цыплятами с укропом    | ккал-135, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21                                      |                         |
| 110            | Ёжики мясные с томатным соусом                   | ккал-171, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-11                                     |                         |
| 180            | Картофельное пюре с маслом                       | ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24                                      |                         |
| 200            | Напиток из плодов шиповника                      | ккал-124, Белки-1, Углеводы-30  |                         |
| 80             | Хлеб пшеничный                                   | ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48                                      |                         |
| 60             | Ржаной хлеб                                      | ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20                                      |                         |
| 993,5          | <b>Итого за Обед</b>                             | ккал-1 062, Белки-28, Жиры-31, Углеводы-162                                 |                         |
|                | <b>Итого за день</b>                             | ккал-1 762, Белки-54, Жиры-59, Углеводы-254                                 | <b>224-70</b>           |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.