

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 83 г.о.Самара для возрастной категории с
12 лет и старше
Меню дневного рациона на 30.11.2023

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) |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 200 | <i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i> | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 | |
| 200/11 | <i>Чай с сахаром.</i> | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 30 | <i>Хлеб пшеничный..</i> | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 110 | <i>Яблоко свежее (нарезка).</i> | ккал-49, Углеводы-11 | |
| 551 | Итого за Завтрак | ккал-564, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-75 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/5/1 | <i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i> | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10 | |
| 280 | <i>Жаркое по-домашнему с мясом и огурцом консервированным</i> | ккал-395, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-24 | |
| 200 | <i>Напиток из апельсинов.</i> | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 60 | <i>Хлеб пшеничный</i> | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | <i>Хлеб ржаной .</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 826 | Итого за Обед | ккал-796, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-101 | 96-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | <i>Морс клюквенный Школьный</i> | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-62, Углеводы-15 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.