



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с  
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 22.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *Т.Н. Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *В.И. Мещеряков*

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

**Завтрак**

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
100	Котлеты "Сочные" куриные с соусом томатным.	ккал-106, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-5	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
508	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-441, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-55	<b>80-00</b>

**Обед**

200/1	Суп рисовый с томатом на курином бульоне, с чесноком и укропом	ккал-116, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16	
100	Фрикадельки из говядины с томатным соусом.	ккал-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	
170	Пюре гороховое с огурцом консервированным.	ккал-246, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
761	<b>Итого за Обед</b>	ккал-849, Белки-34, Жиры-18, Углеводы-139	<b>105-00</b>

**Полдник СВО**

90/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-303, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-50	<b>35-86</b>

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор *Шацкова Т.Ф.*

Шацкова Т.Ф.