



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 06.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 43 г.о.Самара

| 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 | |
| 10 | Сыр порционно | ккал-34, Белки-3, Жиры-3 | |
| 100 | Котлеты "Сочные" куриные с соусом томатным | ккал-120, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-5 | |
| 150 | Каша пшеничная вязкая с маслом. | ккал-157, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 511 | Итого за Завтрак | ккал-513, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-58 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 200/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-90, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9 | |
| 250 | Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной | ккал-393, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-25 | |
| 200 | Напиток из плодов шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 741 | Итого за Обед | ккал-800, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-101 | 110-17 |
| Полдник | | | |
| 110 | Запеканка "Лакомка". | ккал-279, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-22 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 310 | Итого за Полдник | ккал-318, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-32 | 50-00 |
| Полдник СВО | | | |
| 100 | Ватрушка с творогом. | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57 | 37-83 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.