



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 07.04.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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) |
|-----------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|-----------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|

Завтрак

|       |                                   |                                          |       |
|-------|-----------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 15    | Сыр порционно.                    | ккал-52, Белки-4, Жиры-4                 |       |
| 200/5 | Каша пшеничная молочная с маслом. | ккал-285, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-44   |       |
| 200   | Чай с молоком и сахаром           | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13    |       |
| 40    | Хлеб пшеничный.                   | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |       |
| 60    | Яблоко свежее (нарезка)..         | ккал-27, Углеводы-6                      |       |
| 520   | Итого за Завтрак                  | ккал-558, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-87 | 85-00 |

Обед

|         |                                                     |                                           |        |
|---------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 60      | Салат из квашеной капусты с репчатым луком.         | ккал-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5      |        |
| 12,5/20 | Суп картофельный с клецками, цыплятами и зеленью .. | ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18    |        |
| 0/1     |                                                     |                                           |        |
| 250     | Плов из птицы..                                     | ккал-429, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54  |        |
| 200     | Компот из изюма..                                   | ккал-94, Углеводы-23                      |        |
| 60      | Хлеб пшеничный                                      | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |        |
| 30      | Хлеб ржаной .                                       | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |        |
| 813,5   | Итого за Обед                                       | ккал-974, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-150 | 110-17 |

Полдник

|        |                                   |                                         |       |
|--------|-----------------------------------|-----------------------------------------|-------|
| 90     | Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу".. | ккал-387, Белки-5, Жиры-18, Углеводы-52 |       |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном           | ккал-46, Углеводы-11                    |       |
| 300    | Итого за Полдник                  | ккал-433, Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63 | 50-00 |

Полдник СВО

|     |                      |                                         |       |
|-----|----------------------|-----------------------------------------|-------|
| 100 | Плюшка "Московская"  | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60 |       |
| 200 | Чай с сахаром.       | ккал-45, Углеводы-11                    |       |
| 300 | Итого за Полдник СВО | ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71 | 37-83 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.