



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 13.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *И.И. Авришкина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *И.И. Авришкина*

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

Завтрак

| | | | |
|--------|---|--|--------------|
| 10 | Сыр порционно | ккал-34, Белки-3, Жиры-3 | |
| 40 | Яйцо вареное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 200/5 | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным. | ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30 | |
| 200/11 | Чай с молоком и сахаром | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 506 | Итого за Завтрак | ккал-488, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-68 | 85-00 |

Обед

| | | | |
|---------|---|---|---------------|
| 12,5/20 | Борщ с капустой, картофелем, цыпленком со сметаной и укропом. | ккал-117, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 0/5/1 | | | |
| 100 | Шницель мясной с соусом томатным. | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10 | |
| 180 | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой | ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 788,5 | Итого за Обед | ккал-854, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-120 | 110-17 |

Полдник

| | | | |
|----------|-------------------------|---|--------------|
| 80 | Десерт "Нежность" | ккал-357, Белки-3, Жиры-12, Углеводы-59 | |
| 200/11/9 | Чай с лимоном, сахаром | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-403, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-70 | 50-00 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|-----------------------------|--|--------------|
| 100 | Гребешок "Школьный" | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72 | 37-83 |

Зав. производством

И.И. Авришкина
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

И.И. Авришкина
Шацкова Т.Ф.