



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 29.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КНП"

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

| | | | |
|------------|---|--|--------------|
| 60 | Омлет натуральный . | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1 | |
| 180/15/6 | Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41 | |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 505,5 | Итого за Завтрак | ккал-523, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-72 | 85-00 |

Обед

| | | | |
|-------|---|---|---------------|
| 200/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью . | ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6 | |
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 200 | Напиток из плодов шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 741 | Итого за Обед | ккал-716, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-111 | 110-17 |

Полдник

| | | | |
|-----|-------------------------|---|--------------|
| 100 | Плюшка "Московская" | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60 | |
| 200 | Напиток из вишни.. | ккал-73, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-431, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-77 | 50-00 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|-----------------------------|---|--------------|
| 100 | Плюшка "Московская" | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71 | 37-83 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.