



# ООО "Комбинат школьного питания"

Школа № 78 г.о.Самара для возрастной категории с  
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 21.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

| Выход (г)      | Наименование блюда                                          | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                             |                                                                                |                               |
| 15             | Сыр порционно.                                              | ккал-52, Белки-4, Жиры-4                                                       |                               |
| 100            | Котлеты "Сочные" куриные с соусом<br>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                                                           |                               |
| 40             | Хлеб пшеничный.                                             | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24                                         |                               |
| 516            | <b>Итого за Завтрак</b>                                     | ккал-494, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-64                                       | <b>80-00</b>                  |
| <b>Обед</b>    |                                                             |                                                                                |                               |
| 200/10/        | Борщ с капустой и картофелем со<br>1 сметаной и укропом     | ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9                                           |                               |
| 250            | Жаркое по-домашнему с мясом и<br>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            | <b>Итого за Обед</b>                                        | ккал-799, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-102                                      | <b>105-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.