



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 78 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 25.12.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Для

ДОКУМЕНТОВ

Т.Н.Аврискина

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

|            |                                                       |                                          |       |
|------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 105        | Омлет натуральный с маслом сливочным.                 | ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2  |       |
| 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    |       |
| 550,5      | Итого за Завтрак                                      | ккал-594, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-72 | 86-75 |

Обед

|       |                                              |                                           |        |
|-------|----------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 250/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью. | ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8      |        |
| 100   | Биточки "Школьные" с соусом томатным.        | ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9    |        |
| 180   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным     | ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25    |        |
| 200   | Напиток из плодов шиповника.                 | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |        |
| 60    | Хлеб пшеничный                               | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |        |
| 40    | Хлеб ржаной                                  | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19             |        |
| 831   | Итого за Обед                                | ккал-782, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-121 | 121-46 |

Витаминизация

|     |                        |                      |       |
|-----|------------------------|----------------------|-------|
| 200 | Сок фруктовый (200 мл) | ккал-68, Углеводы-16 |       |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-68, Углеводы-16 | 19-81 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шапкова Т.Ф.