



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор: ООО "КШП"



Т.Б. 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)
<u>Завтрак</u>			
105	<i>Шницель куриный с соусом томатным</i>	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
150	<i>Вермишель отварная с маслом сливочным</i>	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
506	Итого за Завтрак	ккал-485, Белки-20, Жиры-10, Углеводы-80	
<u>Обед</u>			
60	<i>Икра свекольная .</i>	ккал-72, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7	
15/250/1	<i>Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.</i>	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
100	<i>Бефстроганов из сердца</i>	ккал-197, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом</i>	ккал-200, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-39	
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
866	Итого за Обед	ккал-993, Белки-37, Жиры-30, Углеводы-155	
	Итого за день	ккал-1 478, Белки-56, Жиры-39, Углеводы-235	224-70

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 07.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Т.Н. Аврасскина

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	Шницель куриный с соусом томатным	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
556	Итого за Завтрак	ккал-574, Белки-23, Жиры-12, Углеводы-95	

Обед

100	Икра свекольная.	ккал-121, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-11	
15/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-197, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	
180	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-292, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-46	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
80	Хлеб пшеничный	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
986	Итого за Обед	ккал-1 252, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-185	

Итого за день ккал-1 826, Белки-66, Жиры-47, Углеводы-279 **224-70**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
105	Шницель куриный с соусом томатным	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
506	Итого за Завтрак	ккал-485, Белки-20, Жиры-10, Углеводы-80	
Обед			
60	Икра свекольная.	ккал-72, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7	
15/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-197, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-200, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-39	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
866	Итого за Обед	ккал-993, Белки-37, Жиры-30, Углеводы-155	
Полдник			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-425, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-77	
Итого за день		ккал-1 903, Белки-64, Жиры-49, Углеводы-311	270-91

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.