



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Венерика Венериковна

| Выход (г) | Наименование б/р | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|------------------|--|-------------------------------|
|-----------|------------------|--|-------------------------------|

Завтрак

| | | | |
|-----|---|--|--------------|
| 100 | "Колбаски" куриные с томатным соусом.. | ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-139, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20 | |
| 200 | Какао напиток с молоком. | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-551, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-82 | 80-00 |

Обед

| | | | |
|-------|--|--|---------------|
| 200/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью. | ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6 | |
| 100 | Мясо тушёное с соусом. | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом и огурцом свежим | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13 | |
| 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 | |
| 741 | Итого за Обед | ккал-726, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-87 | 105-00 |

Полдник

| | | | |
|-----|------------------------------------|--|--------------|
| 100 | Сырники из творога с повидлом. | ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25 | |
| 200 | Кисель из вишни (фруктово-ягодный) | ккал-99, Углеводы-25 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-356, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-50 | 45-00 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|--------------------------------|--|--------------|
| 100 | Сырники из творога с повидлом. | ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник СВО | ккал-301, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-36 | 35-86 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапкина Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Семин Семён Павлович

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

Завтрак

| | | | |
|------------|---|---|--------------|
| 100 | "Колбаски" куриные с томатным соусом. | ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10 | |
| 200 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27 | |
| 200 | Какао напиток с молоком. | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 550 | Итого за Завтрак | ккал-606, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-88 | 86-75 |

Обед

| | | | |
|------------|--|---|---------------|
| 250/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью. | ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8 | |
| 100 | Мясо тушёное с соусом. | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3 | |
| 180 | Картофельное пюре с маслом и огурцом свежим. | ккал-118, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 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-780, Белки-22, Жиры-34, Углеводы-96 | 121-46 |

Полдник СВО

| | | | |
|------------|--------------------------------|---|--------------|
| 150 | Сырники из творога с повидлом. | ккал-384, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-29 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-428, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-40 | 54-13 |

Зав. производством

Махарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шапкова Т.Ф.