



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 20.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*Венчик Венчикова О.В.*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
150/15	Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком	ккал-376, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-37	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
90	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-40, Углеводы-9	
501	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-585, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-75	
<b>Обед</b>			
15/250/1	Суп картофельный с клецками, фрикадельками из птицы и укропом	ккал-201, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-29	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом .	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
160	Пюре гороховое с томатом свежим	ккал-217, Белки-15, Жиры-4, Углеводы-30	
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	
816	<b>Итого за Обед</b>	ккал-929, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-140	
<b>Итого за день</b>		ккал-1 514, Белки-63, Жиры-45, Углеводы-215	<b>224-70</b>

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 20.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*Василий Васильевич*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
150/15	Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком	ккал-376, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-37	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
90	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-40, Углеводы-9	
501	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-585, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-75	
<b><u>Обед</u></b>			
15/250/1	Суп картофельный с клецками, фрикадельками из птицы и укропом	ккал-201, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-29	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом .	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
160	Пюре гороховое с томатом свежим	ккал-217, Белки-15, Жиры-4, Углеводы-30	
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	
816	<b>Итого за Обед</b>	ккал-929, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-140	
<b><u>Полдник</u></b>			
100	Ватрушка с повидлом .	ккал-319, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-65	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-381, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-80	
<b>Итого за день</b>		ккал-1 894, Белки-70, Жиры-48, Углеводы-295	<b>270-91</b>

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 20.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*Валентина Демидова О.В.*

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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
150/15	Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком	ккал-376, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-37	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
140	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	
551	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-607, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-80	

Обед

15/250/1	Суп картофельный с клецками, фрикадельками из птицы и укропом	ккал-201, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-29	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом .	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
180	Пюре гороховое с томатом свежим	ккал-250, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
80	Хлеб пшеничный	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
886	<b>Итого за Обед</b>	ккал-1 080, Белки-44, Жиры-26, Углеводы-162	

**Итого за день** ккал-1 687, Белки-70, Жиры-47, Углеводы-242 **224-70**

Зав. производством *Е.Е. Макарова* Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор *Т.Ф. Шацкова* Шацкова Т.Ф.