



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 25.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Т.Т. Аврискина

В. Демидов *Демидов О.В.*

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

Завтрак

15	<i>Ветчина порционно .</i>	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
180	<i>Макароны отварные с маслом и икрой кабачковой</i>	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
80	<i>Банан нарезка .</i>	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
505	Итого за Завтрак	ккал-482, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-81	

Обед

60	<i>Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым</i>	ккал-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	
250/10/1	<i>Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.</i>	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
105	<i>Сливочная индюшка с соусом.</i>	ккал-129, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-9	
150	<i>Каша перловая рассыпчатая.</i>	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35	
200	<i>Компот из кураги.</i>	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	<i>Ржаной хлеб</i>	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
896	Итого за Обед	ккал-890, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-138	

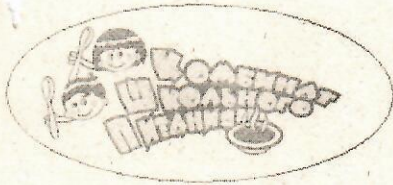
Итого за день ккал-1 371, Белки-42, Жиры-34, Углеводы-219 **224-70**

Зав. производством

Е.Е. Макарова Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Т.Ф. Шацкова 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 25.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор



Е.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

В.С. Демидов *В.С. Демидов*

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

Завтрак

15	Ветчина порционно .	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
180	Макаронны отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
80	Банан нарезка .	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
505	Итого за Завтрак	ккал-482, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-81	

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	ккал-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
105	Сливочная индюшка с соусом.	ккал-129, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-9	
150	Каши перловая рассыпчатая.	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
896	Итого за Обед	ккал-890, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-138	

Полдник

80	Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"..	ккал-344, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-46	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-390, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-57	

Итого за день ккал-1 761, Белки-46, Жиры-50, Углеводы-276 **270-91**

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 25.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО ЖШП

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Александр Семенов О.В.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
20	<i>Ветчина порционно.</i>	ккал-56, Белки-5, Жиры-4	
200	<i>Макароны отварные с маслом и икрой кабачковой</i>	ккал-358, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-61	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
50	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
80	<i>Банан нарезка.</i>	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
550	Итого за Завтрак	ккал-680, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-118	
Обед			
100	<i>Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.</i>	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	
250/10/1	<i>Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.</i>	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
105	<i>Сливочная индюшка с соусом.</i>	ккал-129, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-9	
180	<i>Каша перловая рассыпчатая с маслом</i>	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46	
200	<i>Компот из кураги.</i>	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
80	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48	
60	<i>Ржаной хлеб</i>	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
986	Итого за Обед	ккал-1 039, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-161	
	Итого за день	ккал-1 718, Белки-53, Жиры-41, Углеводы-279	224-70

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.