



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара с 12 и старше п
Меню дневного рациона на 07.06.2023

Утверждаю:

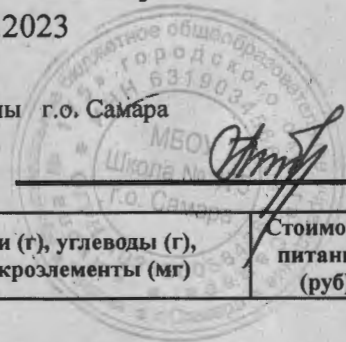
Согласовано:

Генеральный директор ООО "КШП"

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			
55	Сосиска отварная	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
150	Омлет натуральный с маслом сливочным	ккал-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Батон пшеничный.	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
556	Итого за Завтрак	ккал-554, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-43	
Обед			
15/250/1	Суп картофельный с пшеном, горбушей 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 вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-158, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
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	
836	Итого за Обед	ккал-842, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-126	
Полдник			
150	Плюшка "Московская".	ккал-531, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-89	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	Итого за Полдник	ккал-647, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-98	
	Итого за день	ккал-2 043, Белки-74, Жиры-76, Углеводы-267	247-56

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара с 7 до 11 лет п

Меню дневного рациона на 07.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Даврискина

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

55	Сосиска отварная	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
501	Итого за Завтрак	ккал-472, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-37	

Обед

15/250/1	Суп картофельный с пшеном, горбушей и укропом.	ккал-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-197, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	
165	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным.	ккал-157, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	
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	
821	Итого за Обед	ккал-840, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-126	

Полдник

100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-474, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-69	

Итого за день ккал-1 786, Белки-65, Жиры-67, Углеводы-232 247-56

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.