

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 14.06.2022

Утверждает:

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)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-553, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-63	
<u>Обед</u>			
12,5/25	Щи из свежей капусты с картофелем,	ккал-117, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	
0/10/1	цыплятами, сметаной и укропом		
105	Котлеты рубленые из цыплят с соусом томатным	ккал-206, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-12	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
818,5	Итого за Обед	ккал-844, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-126	
Итого за день		ккал-1 397, Белки-53, Жиры-48, Углеводы-189	189-42

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.