



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 22.06.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО «КШП»

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 178 г.о.Самара



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Морковь, припущенная с сахаром. | ккал-55, Белки-1, Углеводы-12 | |
| 150/20 | Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком | ккал-392, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-40 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 30 | Батон пшеничный | ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-565, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-77 | |
| Обед | | | |
| 250/1 | Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23 | |
| 110 | Котлеты из говядины со сметанно-томатным соусом. | ккал-175, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-13 | |
| 150 | Пюре гороховое. | ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 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 | |
| 801 | Итого за Обед | ккал-874, Белки-37, Жиры-20, Углеводы-136 | |
| Итого за день | | ккал-1 439, Белки-63, Жиры-37, Углеводы-213 | 189-42 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.