



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 13.12.2022



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

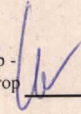
Согласовано:

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5	<i>Масло порционное.</i>	ккал-33, Жиры-4	
105	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
150/15/5	<i>Макаронные изделия отварные с сыром.</i>	ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35	
200/11/3,5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
524,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-591, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-67	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	ккал-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
250/1	<i>Суп картофельный с горохом и зеленью.</i>	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	<i>Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом</i>	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
150	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	<i>Напиток клюквенный Школьный</i>	ккал-62, Углеводы-15	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
851	<b>Итого за Обед</b>	ккал-760, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-115	<b>95-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
120	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-53, Углеводы-12	
120	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-53, Углеводы-12	<b>19-09</b>

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор 

Шацкова Т.Ф.