



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 14.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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			
90	Тефтели мясные с томатным соусом	ккал-152, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
70	Апельсин (нарезка)	ккал-26, Белки-1, Углеводы-6	
540	Итого за Завтрак	ккал-435, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-60	
Обед			
10/250/	Рассольник Ленинградский с мясом,	ккал-169, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
5/1	сметаной и укропом		
250	Рыба запеченная с картофелем со сметанным соусом	ккал-362, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-20	
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	
806	Итого за Обед	ккал-879, Белки-32, Жиры-33, Углеводы-114	
	Итого за день	ккал-1 314, Белки-45, Жиры-49, Углеводы-174	204-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.