ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 16.06.2023

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		
10	*Масло порционно*	ккал-66, Жиры-7	
100	*Филе индейки тушеное с томатным соусом*	ккал-166, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3	
180	*Рис отварной с маслом .*	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200/11	*Чай с молоком и сахаром*	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
60	*Батон пшеничный.*	ккал-157, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31	
561	**Итого за Завтрак**	ккал-679, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-83	
	Обед		
10/250/ 5/1	*Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью*	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
105	*Оладьи из печени с томатным соусом.*	ккал-144, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-10	
180	*Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой*	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	*Напиток из апельсинов.*	ккал-67, Углеводы-17	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
841	**Итого за Обед**	ккал-782, Белки-29, Жиры-20, Углеводы-122	
	Итого за день	ккал-1 461, Белки-52, Жиры-48, Углеводы-204	*204-65*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.