



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 178 г.о.Самара с 12 и старше 11 день  
 Меню дневного рациона на 17.06.2024

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "КШП"

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина



| Выход (г)             | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------|--|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |  |  |                               |
| 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-229, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-38   |                               |
| 200/11                | Чай с сахаром.   | ккал-45, Углеводы-11   |                               |
| 50                    | Хлеб пшеничный.  | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30   |                               |
| 551                   | <b>Итого за Завтрак</b>  | ккал-657, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-83                                       |                               |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |  |                               |
| 100                   | Салат картофельный с солёным огурцом                             | ккал-106, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-7  |                               |
| 12,5/25<br>0/10/1     | Щи из свежей капусты с картофелем, цыплятами, сметаной и укропом | ккал-117, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10   |                               |
| 105                   | Оладьи из печени с томатным соусом.                              | ккал-144, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-10  |                               |
| 200                   | Вермишель отварная с маслом сливочным                            | ккал-240, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-39   |                               |
| 200                   | Напиток из плодов шиповника.                                     | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24   |                               |
| 80                    | Хлеб пшеничный   | ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48   |                               |
| 60                    | Ржаной хлеб  | ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20   |                               |
| 1 018,5               | <b>Итого за Обед</b>   | ккал-1 074, Белки-37, Жиры-30, Углеводы-158                                    |                               |
|                       | <b>Итого за день</b>   | ккал-1 731, Белки-58, Жиры-57, Углеводы-241                                    | <b>224-70</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.