

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 03.02.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КНЦП"

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

|        |                                   |  |              |
|--------|-----------------------------------|--|--------------|
| 15     | Сыр порционно.                    | ккал-52, Белки-4, Жиры-4                 |              |
| 250/5  | Каша пшеничная молочная с маслом. | ккал-347, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-54 |              |
| 200/11 | Чай с молоком и сахаром           | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13    |              |
| 40     | Хлеб пшеничный.                   | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |              |
| 60     | Яблоко свежее (нарезка)..         | ккал-27, Углеводы-6                      |              |
| 581    | <b>Итого за Завтрак</b>           | ккал-621, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-98 | <b>91-52</b> |

Обед

|         |  |   |               |
|---------|--|---|---------------|
| 100     | Салат из белокочанной капусты с морковью | ккал-86, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9        |               |
| 12,5/25 | Суп картофельный с клёцками,             | ккал-177, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-22      |               |
| 0/1     | цыплятами и зеленью.                     |   |               |
| 280     | Плов из птицы.                           | ккал-474, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-62    |               |
| 200     | Компот из изюма..                        | ккал-94, Углеводы-23                        |               |
| 60      | Хлеб пшеничный                           | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36      |               |
| 30      | Хлеб ржаной .                            | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14               |               |
| 933,5   | <b>Итого за Обед</b>                     | ккал-1 079, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-165 | <b>128-14</b> |

Полдник

|          |                                    |   |              |
|----------|------------------------------------|---|--------------|
| 130      | Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"... | ккал-559, Белки-7, Жиры-23, Углеводы-75 |              |
| 200/11/9 | Чай с лимоном, сахаром             | ккал-46, Углеводы-11                    |              |
| 350      | <b>Итого за Полдник</b>            | ккал-605, Белки-7, Жиры-23, Углеводы-86 | <b>60-00</b> |

Полдник СВО

|        |                             |  |              |
|--------|-----------------------------|--|--------------|
| 150    | Плюшка "Московская".        | ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76 |              |
| 200/11 | Чай с сахаром.              | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 361    | <b>Итого за Полдник СВО</b> | ккал-526, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-87 | <b>57-11</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.