

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 22.04.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврамкина

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

|        |                         |  |              |
|--------|-------------------------|--|--------------|
| 170    | Чикенбургер             | ккал-431, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-45 |              |
| 120    | Яблоки свежие (нарезка) | ккал-53, Углеводы-12                     |              |
| 200/11 | Чай с сахаром.          | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 501    | <b>Итого за Завтрак</b> | ккал-529, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-68 | <b>80-00</b> |

Обед

|         |   |   |               |
|---------|---|---|---------------|
| 12,5/20 | Борщ с капустой, картофелем,                  | ккал-130, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11    |               |
| 0/5/1   | цыпленком со сметаной и укропом.              | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3    |               |
| 100     | Мясо тушёное с соусом.                        | ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36    |               |
| 180     | Макаронь отварные с маслом и икрой кабачковой | ккал-62, Углеводы-15                      |               |
| 200     | Напиток клюквенный Школьный                   | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |               |
| 60      | Хлеб пшеничный                                | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |               |
| 30      | Хлеб ржаной.                                  |   |               |
| 788,5   | <b>Итого за Обед</b>                          | ккал-923, Белки-28, Жиры-39, Углеводы-116 | <b>105-00</b> |

Полдник

|          |                         |   |              |
|----------|-------------------------|---|--------------|
| 80       | Пирог "Школьный".       | ккал-384, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-57 |              |
| 200/11/9 | Чай с лимоном, сахаром  | ккал-46, Углеводы-11                    |              |
| 300      | <b>Итого за Полдник</b> | ккал-430, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-68 | <b>45-00</b> |

Полдник СВО

|        |                             |  |              |
|--------|-----------------------------|--|--------------|
| 100    | Гребешок "Школьный"         | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 |              |
| 200/11 | Чай с сахаром.              | ккал-45, Углеводы-11                   |              |
| 311    | <b>Итого за Полдник СВО</b> | ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72 | <b>35-86</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.