



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



И. В. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	
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	
511	Итого за Завтрак	ккал-505, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-68	80-00
<u>Обед</u>			
12,5/20	Борщ с капустой, картофелем,	ккал-130, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	
0/5/1	цыпленком со сметаной и укропом.		
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
788,5	Итого за Обед	ккал-868, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-122	105-00
<u>Полдник</u>			
80	Десерт "Нежность"	ккал-357, Белки-3, Жиры-12, Углеводы-59	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-403, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-70	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 09.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврорина

Согласовано:

Директор МБОУ школы г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41	
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	
561	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-78	86-75
Обед			
12,5/25	Борщ с капустой, картофелем,	ккал-145, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-14	
0/5/1	цыпленком, сметаной и укропом.		
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
210	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
868,5	Итого за Обед	ккал-922, Белки-26, Жиры-35, Углеводы-126	121-46
Обед №2			
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Филе куриное тушеное с томатным соусом.	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, икра из свеклы	ккал-176, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24	
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	
831	Итого за Обед №2	ккал-847, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-120	121-46
Полдник			
150	Десерт "Нежность"	ккал-669, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-110	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-714, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-121	45-00
Полдник СВО			
150	Гребешок "Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брончугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 10.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

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	
250	Жаркое по-домашнему из цыплят, свежий томат	ккал-277, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-23	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
511	Итого за Завтрак	ккал-509, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-59	80-00
Обед			
14/200/1	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным..	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Рис отварной с маслом, свежий огурец	ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28	
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	
755	Итого за Обед	ккал-769, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-129	105-00
Полдник			
100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-430, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-67	45-00
Полдник СВО			
100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 10.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСПП"

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	
280	Жаркое по-домашнему из цыплят, свежий томат.	ккал-283, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-24	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
551	Итого за Завтрак	ккал-545, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-66	86-75
Обед			
14/250/1	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-145, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным..	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
180	Рис отварной с маслом, свежий огурец.	ккал-195, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33	
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	
835	Итого за Обед	ккал-815, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-134	121-46
Обед №2			
250/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.	ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
170	Макаронник с мясом.	ккал-291, Белки-15, Жиры-10, 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	
716	Итого за Обед №2	ккал-692, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-112	121-46
Полдник			
150	Булочка "Плетёнка".	ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
350	Итого за Полдник	ккал-546, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-76	45-00
Полдник СВО			
150	Булочка "Плетёнка".	ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-77	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 11.09.2024

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			
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
180/15/6	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
505,5	Итого за Завтрак	ккал-523, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-72	80-00
Обед			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-139, Белки-4, Жиры-4, 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	
741	Итого за Обед	ккал-715, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-111	105-00
Полдник			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-431, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-77	45-00
Полдник СВО			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 11.09.2024

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

105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180/20/ 6	Макаронные изделия отварные с сыром.	ккал-305, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-41	
200/11/3 ,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
555,5	Итого за Завтрак	ккал-608, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-72	86-75

Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-166, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
831	Итого за Обед	ккал-780, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-121	121-46

Обед №2

250/35/ 1	Суп картофельный спельменями мясными и укропом	ккал-145, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
856	Итого за Обед №2	ккал-758, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-118	121-46

Полдник

150	Плюшка "Московская".	ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
350	Итого за Полдник	ккал-554, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-94	45-00

Полдник СВО

150	Плюшка "Московская".	ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-526, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-87	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчукгина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

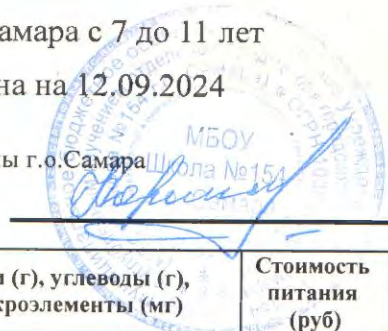
Меню дневного рациона на 12.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Яблоко свежее (нарезка) .	ккал-27, Углеводы-6	
501	Итого за Завтрак	ккал-542, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-70	80-00

Обед

10/200/1	Суп картофельный с пшеном, с рыбой и укропом	ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	
100	Бифитекс " Пикантный" с соусом томатным	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Пюре гороховое, свежий огурец	ккал-213, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-30	
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	
751	Итого за Обед	ккал-776, Белки-34, Жиры-17, Углеводы-123	105-00

Полдник

100	Витушка с изюмом.	ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-358, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-64	45-00

Полдник СВО

100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 12.09.2024

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			
200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
551	Итого за Завтрак	ккал-590, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-80	86-75
Обед			
10/250/ 1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
180	Пюре гороховое, свежий огурец.	ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
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	
831	Итого за Обед	ккал-832, Белки-37, Жиры-18, Углеводы-131	121-46
Обед №2			
12,5/25 0/1	Суп картофельный с клецками, цыплятами и зеленью.	ккал-177, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-22	
100	Мясо тушёное.	ккал-306, Белки-11, Жиры-28, Углеводы-3	
180	Каша перловая рассыпчатая, томат свежий	ккал-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
833,5	Итого за Обед №2	ккал-1 014, Белки-31, Жиры-42, Углеводы-129	121-46
Полдник			
150	Витушка с изюмом.	ккал-475, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-82	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
350	Итого за Полдник	ккал-515, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-92	45-00
Полдник СВО			
150	Крендель "Сахарный".	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-341, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-57	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г. Самара с 7.09.19 лет

Меню дневного рациона на 09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н. Авреськина

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	
250	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
504,5	Итого за Завтрак	ккал-627, Белки-13, Жиры-30, Углеводы-77	80-00

Обед

200/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7	
105	Котлеты из цыплят с томатным соусом.	ккал-147, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-12	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
751	Итого за Обед	ккал-763, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-120	105-00

Полдник

85	Ватрушка с творогом..	ккал-264, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-39	
200/11/7	Чай с яблоками и сахаром	ккал-48, Углеводы-12	
303	Итого за Полдник	ккал-311, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-51	45-00

Полдник СВО

85	Ватрушка с творогом..	ккал-264, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-39	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
296	Итого за Полдник СВО	ккал-308, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-50	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 154 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 14.09.2024

Утверждаю:

Согласовано:

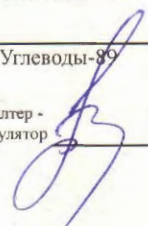
Генеральный директор ООО "КШП"

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Африскина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб.)
Завтрак			
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
200	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий	ккал-189, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
561	Итого за Завтрак	ккал-561, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-79	86-75
Обед			
250	Суп молочный с рисовой крупой.	ккал-145, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
835	Итого за Обед	ккал-793, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-120	121-46
Полдник СВО			
150	Гребешок " Школьный" .	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89	54-13

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор  Брюнчугина Е.Н.