



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 93 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 14.02.2025

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

| | | | |
|----------|---|---|--------------|
| 5 | Масло порционно. | ккал-33, Жиры-4 | |
| 280 | Плов с мясом, кукуруза консервированная . | ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56 | |
| 200/11/7 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 563 | Итого за Завтрак | ккал-737, Белки-16, Жиры-29, Углеводы-104 | 91-52 |

Обед

| | | | |
|---------|--|---|---------------|
| 250/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и зеленью. | ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8 | |
| 105 | Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом. | ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12 | |
| 180 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39 | |
| 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 | |
| 831 | Итого за Обед | ккал-808, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-127 | 128-14 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|-----------------------------|--|--------------|
| 150 | Ватрушка с творогом . | ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-510, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80 | 57-11 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.