



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 06.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

[Signature]



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 | |
| 100 | "Колбаски" куриные с соусом.. | ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11 | |
| 200 | Каша пшеничная вязкая с маслом. | ккал-207, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-31 | |
| 200 | Какао напиток с молоком. | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 555 | Итого за Завтрак | ккал-654, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-87 | 91-52 |

Обед

| | | | |
|----------|---|---|---------------|
| 250/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12 | |
| 280 | Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной. | ккал-420, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-28 | |
| 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 | |
| 841 | Итого за Обед | ккал-897, Белки-20, Жиры-39, Углеводы-118 | 128-14 |

Полдник СВО

| | | | |
|-----|-----------------------------|--|--------------|
| 150 | Ватрушка с творогом. | ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69 | |
| 200 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 350 | Итого за Полдник СВО | ккал-510, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80 | 57-11 |

Зав. производством *[Signature]* Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор *[Signature]* Шацкова Т.Ф.