



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *[Signature]*  
Г.И.Афискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *[Signature]*

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	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
555	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-738, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-104	<b>91-52</b>

Обед

250/5/1	Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
100	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
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	
826	<b>Итого за Обед</b>	ккал-816, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-124	<b>128-14</b>

Полдник СВО

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

Зав. производством

*[Signature]*  
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*[Signature]*  
Шацкова Т.Ф.