



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 12.05.2023

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) |
|-----------------------------------|--|---|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>                    |  |   |                         |
| 110                               | Тефтели из мяса с томатным соусом.         | ккал-164, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-9                                      |                         |
| 150                               | Картофельное пюре с маслом                 | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20                                      |                         |
| 200/11/3,5                        | Чай с лимоном и сахаром.                   | ккал-46, Углеводы-11  |                         |
| 40                                | Хлеб пшеничный.                            | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24                                      |                         |
| 514,5                             | <b>Итого за Завтрак</b>                    | ккал-464, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-65                                    | <b>75-00</b>            |
| <b>Обед</b>                       |  |   |                         |
| 250/1                             | Солянка Домашняя с укропом                 | ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9                                       |                         |
| 110                               | Котлеты рубленные из птицы с соусом        | ккал-143, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-11                                     |                         |
| 150                               | Вермишель отварная с маслом сливочным      | ккал-188, 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   |                         |
| 801                               | <b>Итого за Обед</b>                       | ккал-770, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-121                                   | <b>96-00</b>            |
| <b>Полдник</b>                    |  |   |                         |
| 100                               | Ватрушка с творогом.                       | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46                                     |                         |
| 200                               | Напиток из черной смородины.               | ккал-68, Углеводы-17  |                         |
| 300                               | <b>Итого за Полдник</b>                    | ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62                                     | <b>45-00</b>            |
| <b>Витаминизация 1 - 4 классы</b> |  |   |                         |
| 100                               | Яблоко свежее (нарезка)                    | ккал-44, Углеводы-10  |                         |
| 100                               | <b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b> | ккал-44, Углеводы-10  | <b>18-01</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 12.05.2023

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

|            |                                    |  |              |
|------------|------------------------------------|--|--------------|
| 110        | Тефтели из мяса с томатным соусом. | ккал-164, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-9   |              |
| 180        | Картофельное пюре с маслом.        | ккал-143, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17   |              |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром.           | ккал-46, Углеводы-11                     |              |
| 60         | Хлеб пшеничный                     | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36   |              |
| 564,5      | <b>Итого за Завтрак</b>            | ккал-534, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-74 | <b>75-00</b> |

Обед

|       |                                       |   |              |
|-------|---------------------------------------|---|--------------|
| 250/1 | Солянка Домашняя с укропом            | ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9     |              |
| 110   | Котлеты рубленые из птицы с соусом    | ккал-143, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-11   |              |
| 180   | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35    |              |
| 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   | <b>Итого за Обед</b>                  | ккал-798, Белки-31, Жиры-20, Углеводы-123 | <b>96-00</b> |

Полдник

|     |                              |  |              |
|-----|------------------------------|--|--------------|
| 150 | Ватрушка с творогом.         | ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69 |              |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17                     |              |
| 350 | <b>Итого за Полдник</b>      | ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85 | <b>45-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.