



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 01.04.2024

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)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
20	Ветчина порционно.	ккал-56, Белки-5, Жиры-4	
230	Каша Янтарная с яблоками	ккал-307, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
501	Итого за Завтрак	ккал-533, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-71	80-00
<u>Обед</u>			
12,5/20	Суп картофельный с клёцками,	ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18	
0/1	цыплятами и зеленью ..		
250	Плов из птицы со свежим огуцом	ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
753,5	Итого за Обед	ккал-892, Белки-30, Жиры-22, Углеводы-143	105-00
<u>Полдник</u>			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-425, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-77	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
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

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 01.04.2024

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

10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
20	Ветчина порционно.	ккал-56, Белки-5, Жиры-4	
250	Каша Янтарная с яблоками.	ккал-336, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-46	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
551	Итого за Завтрак	ккал-652, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-93	85-00

Обед

12,5/25	Суп картофельный с клёцками,	ккал-176, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-23	
0/1	цыплятами и зеленью.		
280	Плов из птицы, свежий огурец.	ккал-480, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-57	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
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	ккал-1 009, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-155	110-00

Полдник СВО

100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-422, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-75	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.