



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.05.2023

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)
<u>Завтрак</u>			
100	"Колбаски" куриные с томатным соусом	ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	
170	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.	ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
510	Итого за Завтрак	ккал-513, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-73	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-197, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	
165	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-145, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	Итого за Обед	ккал-743, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-105	96-00
<u>Полдник</u>			
100	Сырники из творога с повидлом.	ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
300	Итого за Полдник	ккал-380, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-56	45-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
100	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-44, Углеводы-10	18-01

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории

от 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 16.05.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

[Signature] А.В. Аверкина

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>			
100	"Колбаски" куриные с томатным соусом	ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	
200	Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком	ккал-168, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-19	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
550	Итого за Завтрак	ккал-568, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-81	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-197, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	
180	Каши гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-158, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед	ккал-756, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-107	96-00
<u>Полдник</u>			
150	Сырники из творога с повидлом.	ккал-385, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-38	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
350	Итого за Полдник	ккал-509, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-69	45-00

Зав. производством

[Signature] Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

[Signature] Шацкова Т.Ф.