



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 62 г.о.Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 01.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Аврыскина

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			
90	Тефтели мясные с томатным соусом	ккал-152, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-139, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
501	Итого за Завтрак	ккал-516, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-72	
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с луком зеленым.	ккал-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
10/250/ 5/1	Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной и укропом	ккал-169, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
250	Рыба запеченая с картофелем со сметанным соусом	ккал-362, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-20	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
866	Итого за Обед	ккал-930, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-119	
	Итого за день	ккал-1 445, Белки-49, Жиры-54, Углеводы-191	224-70

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.