



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 62 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 14.09.2023

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "КШП"

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			
200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
120	Яблоко свежее (нарезка).	ккал-53, Углеводы-12	
550	Итого за Завтрак	ккал-648, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-96	75-00
Обед			
250/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.	ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
185	Пельмени мясные отварные со сливочным маслом .	ккал-312, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-34	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
731	Итого за Обед	ккал-713, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-111	96-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 62 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 14.09.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Г.И. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
70	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-31, Углеводы-7	
500	Итого за Завтрак	ккал-626, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-91	75-00

Обед

250/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.	ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
155	Пельмени мясные отварные со сливочным маслом.	ккал-307, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-31	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
701	Итого за Обед	ккал-708, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-108	96-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.