



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Н. Аврискина



| Выход (г)             | Наименование блюда                                 | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------|--|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |  |  |                               |
| 100                   | "Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом     | ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12   |                               |
| 180                   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным           | ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25   |                               |
| 200                   | Какао напиток с молоком.                           | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21   |                               |
| 30                    | Хлеб пшеничный..                                   | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |                               |
| 510                   | <b>Итого за Завтрак</b>                            | ккал-520, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-75                                       | <b>75-00</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |  |                               |
| 250/1                 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа | ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10  |                               |
| 100                   | Бифитекс "Пикантный" с соусом томатным             | ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11   |                               |
| 150                   | Картофельное пюре с маслом                         | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20   |                               |
| 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  |                               |
| 791                   | <b>Итого за Обед</b>                               | ккал-667, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-107                                      | <b>96-00</b>                  |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.10.2023

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> |  |   |                         |
| 100            | "Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом     | ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12                                      |                         |
| 200            | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.          | ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27                                      |                         |
| 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            | <b>Итого за Завтрак</b>                            | ккал-600, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-90                                    | <b>75-00</b>            |
| <b>Обед</b>    |  |   |                         |
| 250/1          | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа | ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10                                       |                         |
| 100            | Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным             | ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11                                      |                         |
| 180            | Картофельное пюре с маслом                         | ккал-160, Белки-4, Жиры-5, 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   |                         |
| 821            | <b>Итого за Обед</b>                               | ккал-694, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-111                                   | <b>96-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.