



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 20.09.2023

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			
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
170	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.	ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
500	Итого за Завтрак	ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	75-00
Обед			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125	96-00
Витаминизация 1 - 4 классы			
200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-68, Углеводы-16	18-01

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 20.09.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	Э. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
210	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
550	Итого за Завтрак	ккал-570, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-81	75-00
Обед			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	Рис отварной с маслом.	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
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-799, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-124	96-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.