



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 49 г.о.Самара с 7 до 11 лет 2 д

Меню дневного рациона на 03.06.2025

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

105	"Колбаски" куриные с томатным соусом.	ккал-164, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-13	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный)	ккал-95, Углеводы-23	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
515	Итого за Завтрак	ккал-506, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-76	

Обед

10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1			
250	Плов с мясом, томат свежий	ккал-425, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
816	Итого за Обед	ккал-933, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-145	

Полдник

100	Витушка с изюмом.	ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-385, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-71	
	Итого за день	ккал-1 824, Белки-52, Жиры-50, Углеводы-293	286-87

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.