ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 53 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 01.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

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	*"Медальон" мясной с соусом томатным*	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
180	*Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.*	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200/11/3,5	*Чай с лимоном и сахаром.*	ккал-46, Углеводы-11	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	**Итого за Завтрак**	ккал-512, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-77	*85-00*
	Обед		
10/250/5/1	*Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью*	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
105	*Сосиска отварная с томатным соусом..*	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
180	*Вермишель отварная с маслом сливочным*	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, 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	
841	**Итого за Обед**	ккал-800, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-119	*110-00*
	Обед №2		
250/1	*Суп картофельный с рисом и зеленью укропа*	ккал-109, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-21	
100	*Рыба запечёная со сметанным соусом.*	ккал-155, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5	
180	*Каша пшеничная с маслом сливочным.*	ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46	
200	*Компот из изюма..*	ккал-94, Углеводы-23	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	**Итого за Обед №2**	ккал-883, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-144	*110-00*
	Полдник СВО		
100	*Крендель Сахарный.*	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
50	*Апельсин (нарезка)*	ккал-19, Углеводы-4	
361	**Итого за Полдник СВО**	ккал-355, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-76	*54-13*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 53 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 01.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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	*"Медальон" мясной с соусом томатным*	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
170	*Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.*	ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
200/11/3,5	*Чай с лимоном и сахаром.*	ккал-46, Углеводы-11	
30	*Хлеб пшеничный..*	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
514,5	**Итого за Завтрак**	ккал-409, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-57	*80-00*
	Обед		
10/250/5/1	*Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью*	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
105	*Сосиска отварная с томатным соусом..*	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
150	*Вермишель отварная с маслом сливочным*	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	*Компот из сухофруктов.*	ккал-72, Углеводы-18	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	**Итого за Обед**	ккал-742, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-110	*105-00*
	Полдник		
100	*Ватрушка с творогом.*	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	*Напиток из черной смородины.*	ккал-68, Углеводы-17	
300	**Итого за Полдник**	ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62	*45-00*
	Полдник СВО		
100	*Крендель Сахарный.*	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
311	**Итого за Полдник СВО**	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	*35-86*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 53 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 01.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

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	*"Медальон" мясной с соусом томатным*	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
170	*Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.*	ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
200/11/3,5	*Чай с лимоном и сахаром.*	ккал-46, Углеводы-11	
30	*Хлеб пшеничный..*	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
514,5	**Итого за Завтрак**	ккал-409, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-57	*80-00*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 53 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 02.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Адрискина

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		
10	*Масло порционно*	ккал-66, Жиры-7	
100	*Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным.*	ккал-200, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	*Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным*	ккал-158, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
200/11	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
551	**Итого за Завтрак**	ккал-621, Белки-16, Жиры-28, Углеводы-77	*85-00*
	Обед		
14/250/1	*Суп картофельный с фрикадельками рыбными и укропом*	ккал-117, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18	
100	*Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным*	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
180	*Пюре гороховое .*	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	*Напиток из апельсинов.*	ккал-67, Углеводы-17	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
825	**Итого за Обед**	ккал-833, Белки-38, Жиры-18, Углеводы-130	*110-00*
	Полдник СВО		
100	*Гребешок "Школьный"*	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	*Напиток из вишни..*	ккал-73, Углеводы-17	
50	*Яблоко свежее (нарезка)*	ккал-22, Углеводы-5	
350	**Итого за Полдник СВО**	ккал-452, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-83	*54-13*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Шацкова Т.Ф.