



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Т.Н. Авресскина

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)
<b>Завтрак</b>			
90	Тефтели мясные с томатным соусом	ккал-152, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
70	Апельсин (нарезка)	ккал-26, Белки-1, Углеводы-6	
540	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-435, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-60	
<b>Обед</b>			
10/250/	Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной и укропом	ккал-169, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
5/1			
250	Рыба запеченая с картофелем со сметанным соусом	ккал-362, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-20	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	<b>Итого за Обед</b>	ккал-879, Белки-32, Жиры-33, Углеводы-114	
<b>Полдник</b>			
100	Крендель " Сахарный "	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Напиток кисломолочный Ряженка	ккал-102, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-394, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-69	
	<b>Итого за день</b>	ккал-1 708, Белки-58, Жиры-56, Углеводы-243	<b>247-56</b>

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

Меню дневного рациона на 14.06.2023

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>			
90	Тефтели мясные с томатным соусом	ккал-152, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
60	Батон пшеничный.	ккал-157, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31	
70	Апельсин (нарезка)	ккал-26, Белки-1, Углеводы-6	
600	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-548, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-79	
<b>Обед</b>			
10/250/	Рассольник Ленинградский с мясом,	ккал-169, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
5/1	сметаной и укропом		
280	Рыба запечёная с картофелем со сметанным соусом.	ккал-408, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-23	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
836	<b>Итого за Обед</b>	ккал-925, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-117	
<b>Полдник</b>			
150	Крендель "Сахарный"	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Напиток кисломолочный Ряженка	ккал-102, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-399, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-54	
<b>Итого за день</b>		ккал-1 871, Белки-61, Жиры-70, Углеводы-251	<b>247-56</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.