



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 53 г.о.Самара для возрастной категории с 12
Меню дневного рациона на 16.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Т.Н.Авдеева

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	Филе индейки тушеное с томатным соусом	ккал-166, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3	
180	Рис отварной с маслом.	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
60	Батон пшеничный.	ккал-157, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31	
561	Итого за Завтрак	ккал-679, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-83	
Обед			
10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1			
105	Оладьи из печени с томатным соусом.	ккал-144, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
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-782, Белки-29, Жиры-20, Углеводы-122	
Полдник			
150	Плюшка "Московская".	ккал-531, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-89	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	Итого за Полдник	ккал-668, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-122	
Итого за день			247-56

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.

Меню дневного рациона на 16.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврикина

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	Филе индейки тушеное с томатным соусом	ккал-166, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	Итого за Завтрак	ккал-588, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-69	
Обед			
10/250/	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10	
5/1			
105	Оладьи из печени с томатным соусом.	ккал-144, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-10	
150	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.	ккал-188, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	Итого за Обед	ккал-749, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-116	
Полдник			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-494, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-93	
Итого за день		ккал-1 832, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-278	247-56

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапкова Т.Ф.