



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 25.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор



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	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
250	Каши гречневая рассыпчатая с молоком	ккал-234, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-30	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-487, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-59	

Обед

60	Салат из свежих огурцов с яйцом.	ккал-56, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-1	
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным..	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Рагу из овощей.	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
861	Итого за Обед	ккал-885, Белки-34, Жиры-27, Углеводы-126	

Полдник

100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-457, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-74	

Итого за день ккал-1 830, Белки-57, Жиры-63, Углеводы-258 286-87

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.