



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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	
250	Плов из мяса цыплят.	ккал-501, Белки-17, Жиры-25, Углеводы-53	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Батон пшеничный.	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
500	Итого за Завтрак	ккал-716, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-85	

Обед

60	Салат картофельный с солёным огурцом.	ккал-64, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	
12,5/250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-117, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	
105	Оладьи из печени с томатным соусом.	ккал-144, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
918,5	Итого за Обед	ккал-911, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-138	

Полдник

100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-424, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-77	

Итого за день ккал-2 052, Белки-60, Жиры-68, Углеводы-299 286-87

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шацкова Т.Ф.