



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:
МБОУ Школа № 139 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 06.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного Питания" Промышленного района
г.о.Самара
И.Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Директор Школы

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	<i>Сыр порционно</i>	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	<i>Яйцо вареное</i>	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	<i>Каша пшеничная молочная с маслом</i>	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200/11/3 ,5	<i>Чай с лимоном и сахаром</i>	ккал-46, Углеводы-11	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
504,5	Итого за Завтрак	ккал-539, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-71	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	<i>Суп картофельный с горохом и зеленью укропа</i>	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
110	<i>Тефтели, тушеные со сметанно-томатным соусом</i>	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным</i>	ккал-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-767, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-114	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
100	<i>Апельсин (нарезка)</i>	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
100	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.