

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.02.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

И.И.Аврискина

Выход (г)

Наименование блюда

эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость  
питания  
(руб)

Завтрак

100 Биточки "Школьные" с соусом  
томатным

ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10

170 Вермишель отварная с маслом и икрой  
кабачковой.

ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34

200 Чай со смородиной

ккал-39, Углеводы-10

30 Хлеб пшеничный..

ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

60 Яблоко свежее (нарезка).

ккал-27, Углеводы-6

560 **Итого за Завтрак** ккал-521, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-78

**80-00**

Обед

25/250/ 1 Суп картофельный с горохом и  
цыпленком и зеленью

ккал-218, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-21

100 Рыба тушёная в томате с овощами

ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3

150 Рис отварной с маслом

ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36

200 Компот из сухофруктов.

ккал-72, Углеводы-18

60 Хлеб пшеничный

ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36

30 Хлеб ржаной.

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

816 **Итого за Обед** ккал-874, Белки-34, Жиры-25, Углеводы-129

**105-00**

Полдник СВО

100 Крендель Сахарный.

ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61

200/11 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

311 **Итого за Полдник СВО** ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72

**35-86**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.