



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 07.04.2023 г. о. Самара

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Е.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

- 15 Сыр порционн.
200/5 Каша пшеничная молочная с маслом.
200 Чай с молоком и сахаром
40 Хлеб пшеничный.
60 Яблоко свежее (нарезка)..

ккал-52, Белки-4, Жиры-4
ккал-285, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-44
ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
ккал-27, Углеводы-6
ккал-558, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-87

85-00

Итого за Завтрак

Обед

- 60 Салат из квашеной капусты с
репчатым луком.
12,5/20 Суп картофельный с клецками,
0/1 цыплятами и зеленью..
250 Плов из птицы..
200 Компот из изюма..
60 Хлеб пшеничный
30 Хлеб ржаной.

ккал-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5
ккал-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18
ккал-429, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-54
ккал-94, Углеводы-23
ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36
ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
ккал-974, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-150

110-17

Итого за Обед

Полдник

- 90 Ковержка медовая "Пчелка Жу Жу"..
200/10 Чай с сахаром и лимоном

ккал-387, Белки-5, Жиры-18, Углеводы-52
ккал-46, Углеводы-11
ккал-433, Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63

50-00

Итого за Полдник

Полдник СВО

- 100 Плюшка "Московская"
200 Чай с сахаром.
300

ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60
ккал-45, Углеводы-11
ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71

37-83

Итого за Полдник СВО

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.