

ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет  
 Меню дневного рациона на 07.09.2023

Согласовано:  
 Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*Киселева*



наименование блюда	тп, цед. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>		
Масло сливочное	ккал-66, Жиры-7	
Сосиски отварная с томатным соусом.	ккал-163, белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
Хлеб пшеничный	ккал-91, белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-504, белки-13, Жиры-26, Углеводы-55</b>	<b>75-00</b>
<u>Обед</u>		
Борщ с капустой и картофелем с сметаной.	ккал-104, белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
Жаркое по-доминианскому с мясом и зеленым горошком.	ккал-390, белки-9, Жиры-29, Углеводы-24	
Напиток из пшеницы и яблок.	ккал-100, белки-1, Углеводы-24	
Хлеб пшеничный	ккал-181, белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
Хлеб ржаной	ккал-67, белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-842, белки-18, Жиры-36, Углеводы-111</b>	<b>96-00</b>

Меню составлено: *М* Макарова Е.А.

Бухгалтер - калькулятор: *Б* Брюнчук Е.Н.