

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г. Самара с 7 до 14 лет

Меню дневного рациона на 08.10.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Наименование блюда

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

Стоимость
питания
(руб)

Завтрак

ккал-66, Жиры-7

10 Масло порционно

ккал-277, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-23

250 Жаркое по-домашнему из цыплят,
свежий томат

ккал-45, Углеводы-11

200/11 Чай с сахаром.

ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24

40 Хлеб пшеничный.

ккал-509, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-59

80-00

Итого за Завтрак

511

Обед

ккал-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18

14/200/ Суп картофельный с вермишелью,
1 фрикадельками мясными и зеленью

ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9

100 Котлеты рыбные с соусом томатным..

ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28

150 Рис отварной с маслом, свежий огурец

ккал-94, Углеводы-23

200 Компот из изюма..

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

60 Хлеб пшеничный

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

30 Хлеб ржаной.

ккал-769, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-129

105-00

Итого за Обед

755

Полдник

ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57

100 Булочка "Плетёнка"

ккал-39, Углеводы-10

200 Чай со смородиной

ккал-430, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-67

300

Итого за Полдник

45-00

Полдник СВО

ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57

100 Булочка "Плетёнка"

ккал-45, Углеводы-11

200/11 Чай с сахаром.

ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68

311

Итого за Полдник СВО

35-86

Витаминация

ккал-44, Углеводы-10

100 Яблоки свежие

ккал-44, Углеводы-10

100

Итого за Витаминация

19-81

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.