



МБОУ Школа №139 г.о. Самара с 7 о+п
 Меню дневного рациона на 09.01.2024

Утверждаю:
 Генеральный директор



Согласовано:
 Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Макарова Е.Е.



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с клецками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
250	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-386, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-884, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-148	
<u>Полдник</u>			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	
	Итого за день	ккал-1 287, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-219	140-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
 калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Брюнчугина Е.Н.