

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 09.02.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:

Генеральный директор



Аврискина

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

Завтрак

100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11/3	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
,5		ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб пшеничный	ккал-522, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-78	85-00
554,5	Итого за Завтрак		

Обед

12,5/25	Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
0/10/1	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
100		ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
180	Пюре гороховое.	ккал-94, Углеводы-23	
200	Компот из изюма..	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30	Хлеб ржаной.		
833,5	Итого за Обед	ккал-964, Белки-49, Жиры-25, Углеводы-135	110-00

Полдник СВО

90/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка).	ккал-19, Углеводы-4	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-322, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Врюнчук Е.Н.

Врюнчук Е.Н.