



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о. Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 01.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
180/15/5	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-288, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Батон пшеничный	ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3	
60	Яблоко свежее.	ккал-27, Углеводы-6	
500	Итого за Завтрак	ккал-618, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-72	
Обед			
12,5/25/0/1	Суп картофельный с рисом, цыплятами и укропом.	ккал-135, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
100	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Картофельное пюре с маслом, огурец свежий	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
803,5	Итого за Обед	ккал-760, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-109	
Полдник			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	
	Итого за день	ккал-1 715, Белки-56, Жиры-46, Углеводы-233	296-28

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
инспектор

Брюнчугина Е.Н.