

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 12.03.2024

Согласовано:  
Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*Согласовано*



Утверждаю:  
Генеральный директор

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

Завтрак

10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
250	Плов из птицы с консервированной кукурузой	ккал-396, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-52	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
511	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-627, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-87	<b>80-00</b>

Обед

14/200/1	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным.	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
755	<b>Итого за Обед</b>	ккал-702, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-113	<b>105-00</b>

Полдник СВО

100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68	<b>35-86</b>

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер - калькулятор *Бриончугина Е.Н.*