



## ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 13.05.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н. Харискина

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

Завтрак

|       |                                 |                                          |       |
|-------|---------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 5     | Масло порционное.               | ккал-33, Жиры-4                          |       |
| 280   | Жаркое по- домашнему из цыплят. | ккал-311, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-28 |       |
| 200/7 | Чай с лимоном и сахаром.        | ккал-46, Углеводы-11                     |       |
| 60    | Хлеб пшеничный                  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36   |       |
| 552   | Итого за Завтрак                | ккал-571, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-76 | 91-52 |

Обед

|         |                                                    |                                           |        |
|---------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 15/250/ | Суп картофельный с вермишелью,                     | ккал-151, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-23    |        |
| 1       | фрикадельками из птицы и зеленью                   |                                           |        |
| 100     | Котлеты рыбные с соусом томатным..                 | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9     |        |
| 190     | Рис отварной с маслом, кукурузой консервированной. | ккал-235, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-40    |        |
| 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             |        |
| 846     | Итого за Обед                                      | ккал-862, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-145 | 128-14 |

Полдник

|     |                     |                                          |       |
|-----|---------------------|------------------------------------------|-------|
| 150 | Булочка "Плетёнка". | ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66 |       |
| 200 | Чай со смородиной   | ккал-39, Углеводы-10                     |       |
| 350 | Итого за Полдник    | ккал-546, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-76 | 60-00 |

Полдник СВО

|     |                      |                                          |       |
|-----|----------------------|------------------------------------------|-------|
| 150 | Булочка "Плетёнка".  | ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66 |       |
| 200 | Чай с сахаром.       | ккал-45, Углеводы-11                     |       |
| 350 | Итого за Полдник СВО | ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-77 | 57-11 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брончугина Е.Н.