



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.02.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:

Генеральный директор

ООО ФКШП

И.И. Аврискина

Тавриченко

Бее

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

Завтрак

| | | | |
|----------|--------------------------------------|--|--------------|
| 80 | Омлет натуральный. | ккал-121, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-2 | |
| 180/20/6 | Макаронные изделия отварные с сыром. | ккал-305, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-41 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 557 | Итого за Завтрак | ккал-652, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-90 | 85-00 |

Обед

| | | | |
|-------|--|---|---------------|
| 250/1 | Суп рисовый с томатом,чесноком и укропом | ккал-143, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 100 | Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом . | ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7 | |
| 180 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25 | |
| 200 | Напиток из плодов шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 821 | Итого за Обед | ккал-821, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-125 | 110-00 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|-----------------------------|---|--------------|
| 100 | Плюшка "Московская" | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 50 | Груша свежая (нарезка). | ккал-23, Углеводы-5 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-425, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-76 | 54-13 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Брюнчугина Е.Н.