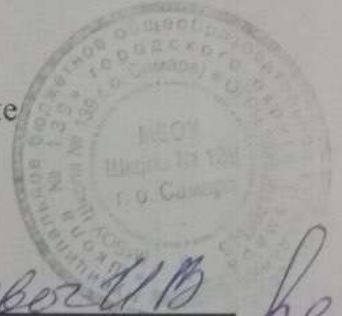


ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.02.2023



Утверждаю:
Генеральный директор



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Таштевова И.В.

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

Завтрак

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
280	Плов с мясом, кукуруза консервированная .	ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56	
200/11/ 7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
553	Итого за Завтрак	ккал-707, Белки-16, Жиры-28, Углеводы-98	75-00

Обед

12,5/25 0/1	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом	ккал-181, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-22	
105	Котлеты "Любительские" рыбные с соусом	ккал-92, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
838,5	Итого за Обед	ккал-800, Белки-31, Жиры-18, Углеводы-129	96-00

Полдник

150/20	Блины со сгущенным молоком	ккал-408, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-68	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
370	Итого за Полдник	ккал-479, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-86	45-00

Зав. производством

М Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Б Брюнчугина Е.Н.