

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 12

Меню дневного рациона на 20.04.2024

Согласовано:  
Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "КСП" Т.Н. Аврискина



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

Завтрак

100	Коплеты "Деликатесные" с соусом томатным.	ккал-200, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Рис отварной с маслом, свежий огурец.	ккал-195, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
551	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-650, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-92	<b>85-00</b>

Обед

10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная с томатным соусом..	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
180	Капуста тушёная белокочанная	ккал-137, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-16	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-51, Белки-2, Углеводы-10	
836	<b>Итого за Обед</b>	ккал-736, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-106	<b>110-00</b>

Полдник СВО

100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Яблоко свежее (нарезка).	ккал-22, Углеводы-5	
361	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-458, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-73	<b>54-13</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.