



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет  
Меню дневного рациона на 20.06.2023



Утверждаю:

Генеральный директор



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

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

**Завтрак**

100	"Колбаски" куриные с томатным соусом	ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	
180	Макаронные изделия отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
510	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-562, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-83	

**Обед**

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
250	Мясо духовое, огурец свежий	ккал-428, Белки-9, Жиры-33, Углеводы-24	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
796	<b>Итого за Обед</b>	ккал-849, Белки-18, Жиры-40, Углеводы-102	

**Итого за день** ккал-1 410, Белки-39, Жиры-57, Углеводы-185 **204-65**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет  
Меню дневного рациона на 20.06.2023

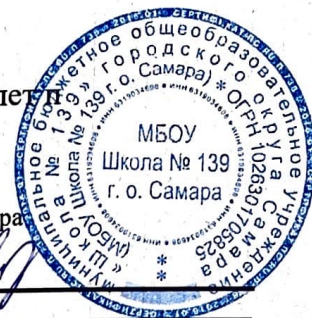
Утверждаю

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Т.Н.Аврискина



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

Завтрак

100	"Колбаски" куриные с томатным соусом	ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	
180	Макаронные изделия отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
510	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-562, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-83	

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
250	Мясо духовое, огурец свежий	ккал-428, Белки-9, Жиры-33, Углеводы-24	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
796	<b>Итого за Обед</b>	ккал-849, Белки-18, Жиры-40, Углеводы-102	

Полдник

100	Витушка с изюмом	ккал-317, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-453, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-87	
	<b>Итого за день</b>	ккал-1 864, Белки-47, Жиры-65, Углеводы-273	<b>247-56</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.