



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 139 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 09.09.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Б.И. Аврискина
Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о. Самара

Handwritten signature

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

Завтрак

0	Сливочная индюшка с соусом <i>Филе грудки индейки, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Укроп, Соль поваренная пищевая, Сухари панировочные, Вода питьевая, Масло растительное подсолнечное, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Сметана 15% 0,450л ф/п, томат-паста 1 кг</i>	ккал-94, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-7	
50	Каша гречневая рассыпчатая с маслом <i>Крупа гречневая ядрица, Соль поваренная пищевая, Вода питьевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское</i>	ккал-243, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-38	
00	Чай с сахаром <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
560	Итого за Завтрак	ккал-514, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-84	70-00

Обед

60	Салат картофельный с солёным огурцом. <i>Картофель, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Морковь свежая, Огурец консервированный стерилизованный 3,0 л., Масло растительное подсолнечное</i>	ккал-64, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	
250/1	Суп картофельный с фасолью зелёной укропа <i>Картофель, Фасоль, Консервы, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Укроп</i>	ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	
135	Голубцы Ленивые с соусом сметанным с томатом. <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Говядина п/ф, Капуста белокочанная свежая, Яйцо куриное С-1, Соль поваренная пищевая, Сметана 15% 0,450л ф/п, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Вода питьевая, томат-паста 1 кг, Соль поваренная пищевая</i>	ккал-122, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7	
200	Напиток из свежей ягоды <i>Сазар, Смородина черная, Вода питьевая</i>	ккал-87, Углеводы-21	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
736	Итого за Обед	ккал-634, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-97	90-00
	Итого за день	ккал-1 149, Белки-42, Жиры-28, Углеводы-181	160-00

Зав. производством

Handwritten signature
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Handwritten signature
Брюнчугина Е.Н.