



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 139 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 21.09.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н. Аврискина



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

10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
80	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом <i>Говядина н/ф, Картофель, Лук репчатый, Яйцо куриное С-1, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное подсолнечное, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сметана 15% 0,450л ф/п, томат-паста 1 кг, Вода питьевая</i>	ккал-125, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-6	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным <i>Вермишель, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское</i>	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200/7	Чай с лимоном и сахаром <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар, Лимон свежий</i>	ккал-62, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
507	Итого за Завтрак	ккал-515, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-72	70-00

Обед

60	Винегрет овощной. <i>Картофель, Свекла, Морковь свежая, Огурец консервированный стерилизованный 3,0 л., Соль поваренная пищевая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное</i>	ккал-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	
250/10/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа <i>Вода питьевая, Картофель, Крупа перловая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Морковь свежая, Огурец консервированный стерилизованный 3,0 л., Соль поваренная пищевая, Сметана 15% 0,450л ф/п, Укроп</i>	ккал-151, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-21	
80	Сардельки отварные	ккал-131, Белки-8, Жиры-11	
150	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко 3,2% пастер. 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Соль поваренная пищевая</i>	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
200	Напиток клюквенный Школьный <i>Клюква свежая, Вода питьевая, Сахар</i>	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
841	Итого за Обед	ккал-751, Белки-21, Жиры-31, Углеводы-103	90-00
	Итого за день	ккал-1 266, Белки-41, Жиры-47, Углеводы-175	160-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.