



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 22.11.2023



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КНИП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Авроскина

Гусева С.В.

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

Завтрак

100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
170	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.	ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за Завтрак		ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	75-00

Обед

250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125	96-00

Витаминизация

100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
Итого за Витаминизация		ккал-44, Углеводы-10	18-01

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер - калькулятор

Вроничкина Е.Н.