

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 23.06.2023

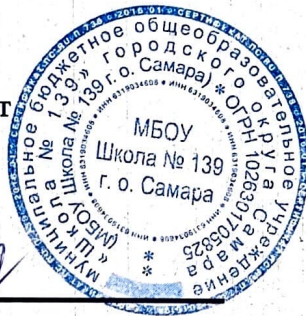
Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	Итого за Завтрак	ккал-535, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-57	
Обед			
20/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.	ккал-133, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
100	Гуляш из отварного мяса	ккал-343, Белки-9, Жиры-33, Углеводы-3	
150	Пюре гороховое с огурцом консервированным.	ккал-213, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-29	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	Итого за Обед	ккал-999, Белки-37, Жиры-42, Углеводы-118	
Итого за день		ккал-1 534, Белки-62, Жиры-65, Углеводы-175	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 23.06.2023



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			
10	Масло порционное	ккал-66, Жиры-7	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	Итого за Завтрак	ккал-535, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-57	
Обед			
20/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.	ккал-133, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
100	Гуляш из отварного мяса	ккал-343, Белки-9, Жиры-33, Углеводы-3	
150	Пюре гороховое с огурцом консервированным.	ккал-213, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-29	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	Итого за Обед	ккал-999, Белки-37, Жиры-42, Углеводы-118	
Полдник			
100	Булочка "Плетёнка".	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-527, Белки-9, Жиры-15, Углеводы-90	
	Итого за день	ккал-2 062, Белки-71, Жиры-81, Углеводы-264	247-56

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.