



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 139 г. Самара с 12 и старше
 Меню дневного рациона на 23.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

[Signature]



Наименование блюда

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г. Самара

[Signature]



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

Завтрак

100	Филе куриное тушёное с томатным соусом	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-162, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	
550	Итого за Завтрак	ккал-593, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-65	95-46

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Пюре гороховое с маслом, огурец свежий.	ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
836	Итого за Обед	ккал-938, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-127	133-65

Полдник

130/20	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-374, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-59	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
350	Итого за Полдник	ккал-511, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-92	59-57

Зав. производством

[Signature]

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

[Signature]

Брюнчугина Е.Н.