

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 27.04.2024

Согласовано:
Директор МБОУ Школы г.о. Самара

Утверждаю:

Генеральный директор



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

Завтрак

100	Сливочная индюшка с соусом .	ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6	
200	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий	ккал-189, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный .	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
561	Итого за Завтрак	ккал-549, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-78	85-00

Обед

12,5/25	Борщ с капустой, картофелем, цыпленком, сметаной и укропом .	ккал-145, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-14	
0/5/1	Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
100	Пюре гороховое .	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
200	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30	Итого за Обед	ккал-892, Белки-40, Жиры-23, Углеводы-131	110-00

Полдник СВО

100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
50	Яблоко свежее (нарезка) .	ккал-22, Углеводы-5	
350	Итого за Полдник СВО	ккал-452, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-83	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Бриончугина Е.Н.