



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 139 г. Самара с 7 до 11 лет
 Меню дневного рациона на 27.09.2026



Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

[Handwritten signature]

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	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-196, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-30	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
45	Хлеб пшеничный	ккал-146, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22	
500	Итого за Завтрак	ккал-513, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-66	85-00

Обед

200/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-91, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель "Деликатесный" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным, икра кабачковая	ккал-219, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
776	Итого за Обед	ккал-859, Белки-26, Жиры-33, Углеводы-114	114-91

Полдник

90	Кекс "Домино".	ккал-435, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-53	
200/10	Чай с яблоками и сахаром .	ккал-49, Углеводы-12	
300	Итого за Полдник	ккал-484, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-65	39-46

Зав. производством

[Handwritten signature]

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

[Handwritten signature]

Брюнчугина Е.Н.