



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 05.06.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
100	"Колбаски" куриные с томатным соусом.	ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10		
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33		
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11		
45	Батон пшеничный.	ккал-156, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23		
500	Итого за Завтрак	ккал-517, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-77		
<u>Обед</u>				
10/250/ 1	Суп картофельный с пшеном с рыбой с зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20		
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3		
165	Каша гречневая вязкая с маслом, томат свежий.	ккал-149, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21		
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33		
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29		
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13		
816	Итого за Обед	ккал-950, Белки-31, Жиры-39, Углеводы-119		
<u>Полдник</u>				
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60		
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15		
300	Итого за Полдник	ккал-420, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-76		
	Итого за день	ккал-1 887, Белки-59, Жиры-63, Углеводы-272	117-38	296-28

Генеральный директор

аврискина

Аврискина Т.А.

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина

Брюнчугина Е.Н.

