

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 07.02.2023

тверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход (г)

Наименование блюда

эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость

Завтрак

| | | | |
|-----|--------------------------------------|---|--------------|
| 100 | "Колбаски" куриные с томатным соусом | ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10 | |
| 20 | Зеленый горошек порционно | ккал-8, Белки-1, Углеводы-1 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200 | Напиток шоколадный Хрутка | ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14 | |
| 30 | Хлеб пшеничный | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-428, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-64 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-------|--|--|--------------|
| 250/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа | ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10 | |
| 100 | Бефстроганов из сердца | ккал-192, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-7 | |
| 165 | Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным. | ккал-157, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Ржаной хлеб. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 806 | Итого за Обед | ккал-750, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-108 | 96-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

