ООО "Комбинат школьного питания

МБОУ Школа № 139 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 04.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" ТН Харькина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
100	*Филе куриное тушёное в сметанно-томатном соусе.*	ккал-203, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-4	
200	*Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.*	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200	*Чай со смородиной*	ккал-39, Углеводы-10	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
550	**Итого за Завтрак**	ккал-587, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-71	*91-52*
	Обед		
250/1	*Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.*	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
100	*Шницель мясной с соусом томатным.*	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	*Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.*	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	*Напиток клюквенный Школьный*	ккал-62, Углеводы-15	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	*Хлеб ржаной*	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
831	**Итого за Обед**	ккал-776, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-108	*128-14*
	Полдник		
150	*Ватрушка с творогом .*	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200	*Кисель из вишни (фруктово--ягодный)*	ккал-99, Углеводы-25	
350	**Итого за Полдник**	ккал-564, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-93	*60-00*
	Полдник СВО		
150	*Ватрушка с творогом .*	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
350	**Итого за Полдник СВО**	ккал-510, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80	*57-11*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.