

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 12 летними старшими

Меню дневного рациона на 06.05.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждено:

Педсоветский директор



Выход (г)	Наименование блюда	жир, белки (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
15	Сыр порционный.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/10	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-293, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
566	Итого за Завтрак	ккал-602, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-78	85-00
<u>Обед</u>			
12,5/25	Борщ с капустой, картофелем, цыпленком, сметаной и укропом.	ккал-145, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-14	
0/5/1		ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
100	Шницель мясной с соусом томатным	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
180	Макаронные отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-62, Углеводы-15	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб пшеничный	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30	Хлеб ржаной.	ккал-897, Белки-25, Жиры-33, Углеводы-126	
838,5	Итого за Обед		110-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Яблоко свежее (нарезка).	ккал-22, Углеводы-5	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-424, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-76	54-13

Зав. производством

Ударица Е.Е.

Бухгалтер-материальный

Бригадирова Е.Н.