



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г. Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.11.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г. Самара

Гашкевич
[Signature]

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП" Т.Н. Аврискина
[Signature]



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

100	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200/11/3	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
,5		ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-520, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-75	80-00
524,5	Итого за Завтрак		

Обед

12,5/20	Суп картофельный с горохом, цыпленком и укропом	ккал-160, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-17	
0/1		ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
150	Рис отварной с маслом	ккал-72, Углеводы-18	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб пшеничный	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30	Хлеб ржаной.	ккал-809, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-120	105-00
753,5	Итого за Обед		

Полдник

100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-358, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-78	45-00

Полдник СВО

100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.
[Signature]

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.
[Signature]