



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г. Самара с 12 и старше

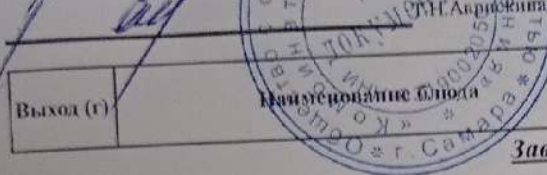
Меню дневного рациона на 10.03.2025

Согласовано:  
Директор МБОУ школы г.о. Самара



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



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

Завтрак

10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/5	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41	
200	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-567, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-81	<b>91-52</b>

Обед

100	Икра кабачковая порционно.	ккал-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8	
12,5/25	Борщ с капустой, картофелем, цыпленком, сметаной и укропом.	ккал-145, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-14	
0/5/1	Шницель мясной с соусом томатным.	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
100	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
180	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
200	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30			
938,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-997, Белки-28, Жиры-40, Углеводы-132	<b>128-14</b>

Полдник

140	Десерт "Нежность"..	ккал-638, Белки-15, Жиры-31, Углеводы-74	
200/10	Чай с сахаром и лимоном	ккал-46, Углеводы-11	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-684, Белки-15, Жиры-31, Углеводы-86	<b>60-00</b>

Полдник СВО

150	Гребешок "Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
350	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89	<b>57-11</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Бриончугина Е.Н.