



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 12.03.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:

Генеральный директор



И.А. Аврискина

Handwritten signature of the director.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Омлет натуральный .	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
180/15/6	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
501	Итого за Завтрак	ккал-553, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-77	85-00
Обед			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью .	ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
741	Итого за Обед	ккал-717, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-110	110-17
Полдник			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-431, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-77	50-00
Полдник СВО			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
300	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	37-83

Зав. производством

Макарова Е.Б.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Handwritten signature of the production manager.

Handwritten signature of the accountant.