

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 13.01.2025

Согласовано:

Директор МБОУ школы г.о. Самара

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н. Авриксина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
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	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
556	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-552, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-78</b>	<b>91-52</b>
<b>Обед</b>			
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 и икрой кабачковой	ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37	
210	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	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-922, Белки-26, Жиры-35, Углеводы-126</b>	<b>128-14</b>
868,5			
<b>Полдник</b>			
130	Десерт "Нежность"	ккал-579, Белки-6, Жиры-20, Углеводы-95	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
350	<b>Итого за Полдник</b>	<b>ккал-625, Белки-6, Жиры-20, Углеводы-106</b>	<b>60-00</b>
<b>Полдник СВО</b>			
150	Гребешок "Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	<b>Итого за Полдник СВО</b>	<b>ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89</b>	<b>57-11</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчук Е.Н.