

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 13.02.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:
Генеральный директор ООО "КШП" Г.И. Аурискина



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 200 | Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 60 | Яблоко свежее (нарезка) . | ккал-27, Углеводы-6 | |
| 501 | Итого за Завтрак | ккал-542, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-70 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 10/200/1 | Суп картофельный с пшеном, с рыбой и укропом | ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16 | |
| 100 | Бифитекс " Пикантный" с соусом томатным | ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10 | |
| 150 | Пюре гороховое с огурцом консервированным. | ккал-213, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-29 | |
| 200 | Напиток из апельсинов. | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 751 | Итого за Обед | ккал-776, Белки-34, Жиры-17, Углеводы-123 | 110-17 |
| Полдник | | | |
| 100 | Витушка с изюмом. | ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-358, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-64 | 50-00 |
| 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 | 37-83 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.