

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара для с 17 лет и старше

Меню дневного рациона на 14.03.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КНИП"

Т.Н. Аврисккина



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

Завтрак

| | | | |
|--------|--|---|--------------|
| 5 | Масло порционно. | ккал-33, Жиры-4 | |
| 280 | Плов с мясом, кукуруза консервированная. | ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56 | |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 555 | Итого за Завтрак | ккал-738, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-104 | 91-52 |

Обед

| | | | |
|---------|--|---|---------------|
| 250/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и зеленью. | ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8 | |
| 100 | Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом. | ккал-138, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 180 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | ккал-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 826 | Итого за Обед | ккал-814, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-124 | 129-14 |

Полдник

| | | | |
|-------|--------------------------------|--|--------------|
| 150 | Сырники из творога с повидлом. | ккал-384, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-29 | |
| 200/7 | Чай с яблоками и сахаром | ккал-48, Углеводы-12 | |
| 357 | Итого за Полдник | ккал-431, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-41 | 60-00 |

Полдник СВО

| | | | |
|--------|-----------------------------|--|--------------|
| 150 | Ватрушка с творогом. | ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-47, Углеводы-12 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-512, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-80 | 57-11 |

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - кассир Брюнчугина Е.Н.

(Signature)

(Signature)