



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 15.10.2024

Согласовано: Директор МБОУ Школы г.о. Самара



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КНИП" *И.И. Аврикина*

| Выход (г)            | Наименование блюда                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------|--|---|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>       |  |   |                         |
| 100                  | "Колбаски" куриные с томатным соусом..       | ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10                                      |                         |
| 150                  | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.    | ккал-139, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20                                      |                         |
| 200                  | Какао напиток с молоком.                     | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21                                      |                         |
| 50                   | Хлеб пшеничный.                              | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30                                      |                         |
| 500                  | <b>Итого за Завтрак</b>                      | ккал-551, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-82                                    | <b>80-00</b>            |
| <b>Обед</b>          |  |   |                         |
| 200/1                | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью. | ккал-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6  |                         |
| 100                  | Мясо тушёное с соусом.                       | ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3                                      |                         |
| 150                  | Картофельное пюре с маслом и огурцом свежим  | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                      |                         |
| 200                  | Напиток клюквенный Школьный                  | ккал-62, Углеводы-15  |                         |
| 60                   | Хлеб пшеничный                               | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30                   | Хлеб ржаной.                                 | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| 741                  | <b>Итого за Обед</b>                         | ккал-726, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-87                                    | <b>105-00</b>           |
| <b>Полдник</b>       |  |   |                         |
| 100                  | Сырники из творога с повидлом.               | ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25                                    |                         |
| 200                  | Кисель из вишни (фруктово-ягодный)           | ккал-99, Углеводы-25  |                         |
| 300                  | <b>Итого за Полдник</b>                      | ккал-356, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-50                                    | <b>45-00</b>            |
| <b>Полдник СВО</b>   |  |   |                         |
| 100                  | Сырники из творога с повидлом.               | ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25                                    |                         |
| 200/11               | Чай с сахаром.                               | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| 311                  | <b>Итого за Полдник СВО</b>                  | ккал-301, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-36                                    | <b>35-86</b>            |
| <b>Витаминизация</b> |  |   |                         |
| 200                  | Сок в ассортименте                           | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33  |                         |
| 200                  | <b>Итого за Витаминизация</b>                | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33  | <b>19-81</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.