

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 16.04.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "Комбинат

школьного питания

Выход (г)

эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость
питания
(руб)

Завтрак

105 Омлет натуральный с маслом
сливочным.

ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2

180/15/ Макаaronные изделия отварные с сыром,
6 маслом сливочным

ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41

200 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

45 Хлеб пшеничный.

ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27

551 Итого за Завтрак ккал-639, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-81

91-52

Обед

250/1 Щи из свежей капусты с картофелем и
зеленью.

ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8

100 Биточки "Школьные" с соусом
томатным.

ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-9

180 Каша гречневая вязкая с маслом
сливочным.

ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25

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

821 Итого за Обед ккал-760, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-116

128-14

Полдник

150 Плюшка "Московская".

ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76

200 Напиток из вишни..

ккал-73, Углеводы-17

350 Итого за Полдник ккал-554, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-94

60-00

Полдник СВО

150 Плюшка "Московская".

ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76

200 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

350 Итого за Полдник СВО ккал-526, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-87

57-11

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.