



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.02.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:

Генеральный директор



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

Завтрак

15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
250/5	Каша пшеничная молочная с маслом.	ккал-347, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-54	
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	
60	Яблоко свежее (нарезка)..	ккал-27, Углеводы-6	
581	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-621, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-98	<b>91-52</b>

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-86, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9	
12,5/25	Суп картофельный с клецками,	ккал-177, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-22	
0/1	цыплятами и зеленью.	ккал-474, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-62	
280	Плов из птицы.	ккал-94, Углеводы-23	
200	Компот из изюма..	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб пшеничный	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30	Хлеб ржаной.		
933,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-1 079, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-165	<b>128-14</b>

Полдник

130	Коврижка медовая "Пчелка Жу Жу"...	ккал-559, Белки-7, Жиры-23, Углеводы-75	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-605, Белки-7, Жиры-23, Углеводы-86	<b>60-00</b>

Полдник СВО

150	Плюшка "Московская".	ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-526, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-87	<b>57-11</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.