

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 18.09.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.И. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-163, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
524,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-520, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-75	<b>80-00</b>
<b>Обед</b>			
12,5/20	Суп картофельный с горохом, цыпленком и укропом	ккал-160, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-17	
0/1		ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
150	Рис отварной с маслом	ккал-72, Углеводы-18	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб пшеничный	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30	Хлеб ржаной .	ккал-809, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-120	
753,5	<b>Итого за Обед</b>		<b>105-00</b>
<b>Полдник</b>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-358, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-78	<b>45-00</b>
<b>Полдник СВО</b>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	<b>35-86</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.