

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 20.03.2025 Школа № 139 г. Самара

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г. Самара

Т.Н. Аврискина

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

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

100 "Колбаски" куриные с соусом..

ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11

150 Каша пшеничная вязкая с маслом.

ккал-157, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24

200 Какао напиток с молоком.

ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21

40 Хлеб пшеничный.

ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24

505

Итого за Завтрак

ккал-603, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-79

85-00

Обед

200/10/ Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом

ккал-90, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9

250 Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной

ккал-393, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-25

200 Напиток из плодов шиповника.

ккал-100, Белки-1, Углеводы-24

50 Хлеб пшеничный.

ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30

30 Хлеб ржаной.

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

741

Итого за Обед

ккал-800, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-101

110-17

Полдник

110 Запеканка "Лакомка".

ккал-279, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-22

200 Чай со смородиной

ккал-39, Углеводы-10

310

Итого за Полдник

ккал-318, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-32

50-00

Полдник СВО

100 Ватрушка с творогом.

ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46

200 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

300

Итого за Полдник СВО

ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57

37-83

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.