ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 21.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
5	*Масло порционно.*	ккал-33, Жиры-4	
85	*Сосиска отварная с соусом.*	ккал-132, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
150	*Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)*	ккал-131, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
200/10	*Чай с сахаром и лимоном*	ккал-46, Углеводы-11	
50	*Хлеб пшеничный .*	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
500	**Итого за Завтрак**	ккал-494, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-63	*85-00*
	Обед		
200/1	*Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом*	ккал-109, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	
100	*Фрикадельки из говядины с томатным соусом. .*	ккал-131, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	
170	*Пюре гороховое с огурцом консервированным*	ккал-246, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	*Напиток из вишни..*	ккал-73, Углеводы-17	
60	*Хлеб пшеничный*	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	*Хлеб ржаной .*	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
761	**Итого за Обед**	ккал-806, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-128	*110-17*
	Полдник		
100/10	*Оладьи со сгущенным молоком.*	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43	
200	*Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)*	ккал-112, Углеводы-28	
310	**Итого за Полдник**	ккал-395, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-71	*50-00*
	Полдник СВО		
100/10	*Оладьи со сгущенным молоком.*	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43	
200	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
310	**Итого за Полдник СВО**	ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	*37-83*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.