

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 23.01.2025

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Г.Н. Авдусина

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
100	Комлеты "Сочные" куриные с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-5	
150	Каша пшеничная вязкая с маслом.	ккал-157, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
516	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-494, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-64</b>	<b>85-00</b>
<b>Обед</b>			
200/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-88, Белки-2, 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	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-799, Белки-17, Жиры-36, Углеводы-102</b>	<b>110-17</b>
<b>Полдник</b>			
110	Запеканка "Лакомка".	ккал-279, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-22	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
310	<b>Итого за Полдник</b>	<b>ккал-318, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-32</b>	<b>50-00</b>
<b>Полдник СВО</b>			
100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник СВО</b>	<b>ккал-355, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-57</b>	<b>37-83</b>
	Зав. производством	Макарова Е.Е.	Бухгалтер - калкулятор
			Брижечкина Е.Н.

*[Handwritten signature]*