



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 23.05.2024

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврамчикова



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

Завтрак

20	Ветчина порционно.	ккал-56, Белки-5, Жиры-4	
200/5	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	ккал-261, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-43	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
80	Яблоко свежее (нарезка).	ккал-36, Углеводы-8	
556	Итого за Завтрак	ккал-518, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-86	85-00

Обед

10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	"Медальон" мясной с соусом томатным	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
180	Рагу из овощей.	ккал-164, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-18	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	Итого за Обед	ккал-740, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-115	110-00

Полдник СВО

100	Рожок с повидлом	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
364,5	Итого за Полдник СВО	ккал-398, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-74	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.