



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 139 г. Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 23.11.2024



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" _____
Для Т.Н. Авришкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара _____
Макарова Е.Е.

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

Завтрак

280	Плов с мясом, огурец консервированный.	ккал-503, Белки-10, Жиры-23, Углеводы-54	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
551	Итого за Завтрак	ккал-729, Белки-16, Жиры-25, Углеводы-101	86-75

Обед

250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-203, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и с кукурузой консервированной.	ккал-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-24	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
50	Хлеб ржаной.	ккал-85, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	
846	Итого за Обед	ккал-792, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-118	121-46

Полдник

150	Гребешок "Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89	54-13

Полдник СВО

150	Гребешок "Школьный".	ккал-466, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-78	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-511, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-89	54-13

Зав. производством _____

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор _____

Брюнчугина Е.Н.