

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 24.05.2024

Согласовано:
Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н. Арбухина

Наименование блюда

Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость
питания
(руб)

Выход (г)

Завтрак

260 Жаркое по-домашнему с мясом и
огурцом консервированным.

ккал-386, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-23

200/11/3 Чай с лимоном и сахаром.

ккал-46, Углеводы-11

40 Хлеб пшеничный.

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

514,5

Итого за Завтрак

ккал-552, Белки-12, Жиры-30, Углеводы-58

80-00

Обед

200/5/1 Солянка Домашняя со сметаной и
зеленью.

ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7

105 Котлеты рубленые из цыплят с
томатным соусом.

ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12

150 Макароны изделия отварные с маслом
сливочным

ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33

200 Компот из сухофруктов.

ккал-72, Углеводы-18

60 Хлеб пшеничный

ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36

30 Хлеб ржаной.

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

751

Итого за Обед

ккал-748, Белки-28, Жиры-18, Углеводы-120

105-00

Полдник СВО

100 Крендель Сахарный.

ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61

200/11 Чай с сахаром.

ккал-45, Углеводы-11

311

Итого за Полдник СВО

ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72

35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.