ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 26.12.2024

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		
200	*Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким*	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200/11	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
40	*Хлеб пшеничный..*	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
100	*Яблоко свежее (нарезка)*	ккал-44, Углеводы-10	
551	**Итого за Завтрак**	ккал-590, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-80	*86-75*
	Обед		
10/250/1	*Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом*	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
100	*Бифштекс " Пикантный" с соусом томатным*	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
180	*Пюре гороховое с огурцом консервированным*	ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
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-832, Белки-37, Жиры-18, Углеводы-131	*121-46*
	Полдник		
150	*Крендель "Сахарный".*	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200/11	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
361	**Итого за Полдник**	ккал-341, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-57	*54-13*
	Полдник СВО		
150	*Крендель "Сахарный".*	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200/11	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
361	**Итого за Полдник СВО**	ккал-341, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-57	*54-13*
	Витаминизация		
200	*Сок фруктовый (200 мл)*	ккал-68, Углеводы-16	
200	**Итого за Витаминизация**	ккал-68, Углеводы-16	*19-81*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.