



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 15.10.2021

Утверждаю:

Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

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)
<u>Завтрак</u>			
105	Котлеты из говядины со сметанно-томатным соусом.	ккал-187, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-14	
180	Рис отварной..	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
515	Итого за Завтрак	ккал-520, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-74	70-00
<u>Обед</u>			
60	Свекла отварная.	ккал-24, Белки-1, Углеводы-5	
250/1	Суп картофельный с зелёным горошком и зеленью укропа	ккал-102, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	
180	Жаркое по - домашнему с мясом говядины.	ккал-219, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-17	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
50	Ржаной хлеб	ккал-85, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	
801	Итого за Обед	ккал-706, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-114	90-00
<u>Полдник</u>			
100	Ватрушка с творогом	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-446, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-78	40-00
Итого за день		ккал-1 672, Белки-54, Жиры-43, Углеводы-266	200-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.