



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 19.10.2021

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>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
80	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом	ккал-125, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-6	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
505	Итого за Завтрак	ккал-531, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-72	70-00
<u>Обед</u>			
50	Салат из свеклы отварной.	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
80	Сардельки отварные	ккал-131, Белки-8, Жиры-11	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
826	Итого за Обед	ккал-659, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-95	90-00
<u>Полдник</u>			
100	Витушка с изюмом.	ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-455, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-87	40-00
Итого за день		ккал-1 645, Белки-50, Жиры-50, Углеводы-254	200-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.