



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 27.12.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Т.Д. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
200/10	Каша пшеничная молочная с маслом	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200	Какао напиток с молоком	ккал-154, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
500	Итого за Завтрак	ккал-635, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-89	70-00
<u>Обед</u>			
30	Икра кабачковая	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
250/50	Суп картофельный спельменами мясными	ккал-152, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-24	
180	Плов из филе птицы.	ккал-299, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-37	
200	Компот из кураги	ккал-125, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
800	Итого за Обед	ккал-831, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-137	90-00
<u>Полдник</u>			
100	Булочка "Сюрпризная"	ккал-404, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-64	
200	Напиток из вишни	ккал-89, Углеводы-22	
300	Итого за Полдник	ккал-494, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-86	40-00
Итого за день		ккал-1 960, Белки-50, Жиры-57, Углеводы-312	200-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.