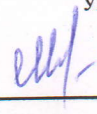


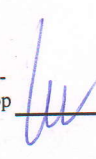


ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 28.12.2021



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционнo	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
110	Тефтели, тушенные со сметанно - томатным соусом	ккал-141, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-10	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-180, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-29	
200/3	Чай с лимоном и сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
503	Итого за Завтрак	ккал-494, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-70	70-00
<u>Обед</u>			
50	Икра свекольная	ккал-60, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
250/10/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-151, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-21	
200	Рагу из цыплят.	ккал-246, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-18	
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	
801	Итого за Обед	ккал-738, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-102	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-1 687, Белки-51, Жиры-49, Углеводы-260	200-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор 

Шацкова Т.Ф.