



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 18.05.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара
Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

80	Биточки из говядины со сметанно-томатным соусом. <i>Говядина п.ф, Хлеб пшеничный, Вода питьевая, Сухари панировочные, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, Масло растительное подсолнечное 5л., Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сметана 15% 0,450л ф.п, томат-паста 1 кг, Вода питьевая</i>	ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко 3,2 % пастер. 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф.п, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Соль поваренная пищевая</i>	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	Напиток кофейный с молоком <i>Кофейный напиток 100 г, Вода питьевая, Сахар, Молоко 3,2 % пастер. 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф.п</i>	ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак		ккал-471, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-65	70-00

Обед

20	Помидор свежий порционно	ккал-4, Углеводы-1	
12,5/25	Суп картофельный с рыбными консервами и зеленью укропа <i>Консервы рыбные в собственном соку, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное 5л., Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Укроп</i>	ккал-141, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
50	Сардельки отварные	ккал-82, Белки-5, Жиры-7	
150	Капуста тушеная белокочанная <i>Капуста белокочанная свежая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное 5л., Морковь свежая, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сахар, Соль поваренная пищевая, томат-паста 1 кг, Вода питьевая</i>	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	Напиток из апельсинов. <i>Апельсины для блуд, Сахар, Вода питьевая</i>	ккал-103, Углеводы-26	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-664, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-103	84-00

Полдник

50	Рожок с повидлом <i>Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сахар, Яйцо куриное С-1, Соль поваренная пищевая, Дрожжи хлебопекарные прессованные, Вода питьевая, повидло яблочное, Масло растительное подсолнечное 5л., Яйцо куриное С-1</i>	ккал-168, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
Итого за Полдник		ккал-305, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-62	35-00

Итого за день ккал-1 440, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-230

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапкова Т.Ф.