



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 15.04.2021



Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150/20	Запеканка из творога со сгущённым молоком <i>Крупа манная, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Сахар, Сметана 15% 0,450л ф.п., Сухари панировочные, Творог 9% жирности Мулукитно 200г, Кисель, Яйцо куриное С-1, Соль поваренная пищевая, молоко цельное сгущенное Верховье 8,5 % 380 г</i>	ккал-442, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-37	
200	Кисель <i>Кисель, Вода питьевая, Сахар</i>	ккал-124, Углеводы-31	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак		ккал-645, Белки-30, Жиры-21, Углеводы-83	70-00
<u>Обед</u>			
15	Огурец свежий порционно.	ккал-2	
250/10/1	Солянка домашняя со сметаной и зеленью укропа <i>Говядина п.ф., Картофель, Катбаса вареная Докторская 1/2, Лук репчатый, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Огурец консервированный стерилизованный 3,0л., Соль поваренная пищевая, томаты-паста 1 кг, Вода питьевая, Сметана 15% 0,450л ф.п., Укроп</i>	ккал-134, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-9	
55	Котлеты рыбные с маслом сливочным <i>Филей потрошеный б., Хлеб Сельский, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Сухари панировочные, Масло растительное подсолнечное 5л., Масло сливочное 72,5% крестьянское</i>	ккал-107, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-4	
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 из лимона <i>Лимон свежий, Сахар, Вода питьевая</i>	ккал-98, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-674, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-96	84-00
<u>Полдник</u>			
75	Плюшка Московская. <i>Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сахар, Сахар, Масло растительное подсолнечное 5л., Яйцо куриное С-1, Соль поваренная пищевая, Дрожжи хлебопекарные прессованные, Вода питьевая</i>	ккал-266, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-44	
200	Напиток кисломолочный Ряженка	ккал-102, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
Итого за Полдник		ккал-367, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-53	35-00
Итого за день		ккал-1 686, Белки-62, Жиры-57, Углеводы-232	

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шанкова Г.Ф.