



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 16.04.2021



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	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
116	Омлет натуральный с маслом сливочным Яйцо куриное С-1, Молоко 3,2 % пастер, 1 л, м.д.ж. ГОСТ ф н, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Масло сливочное 72,5% крестьян, 0,200г (Молнивест)	ккал-227, Белки-11, Жиры-20, Углеводы-2	
200	Чай со смородиной Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар, Смородина черная	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак		ккал-445, Белки-16, Жиры-30, Углеводы-27	70-00
<u>Обед</u>			
10	Огурцы консервированные порционно	ккал-1	
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью укропа Картофель, Горох колотый или фанованный, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Укроп	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
155	Пельмени мясные отварные со сливочным маслом Пельмени мясные п ф, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское	ккал-307, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-31	
200	Компот из сухофруктов. Сухофрукты, Сахар, Вода питьевая	ккал-92, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-762, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-119	84-00
<u>Полдник</u>			
310	Хлопья кукурузные с молоком Хлопья кукурузные, Молоко 3,2 % пастер, 1 л, м.д.ж. ГОСТ ф н	ккал-251, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-32	
80	Банан нарезка	ккал-76, Белки-1, Углеводы-17	
Итого за Полдник		ккал-326, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-49	35-00
Итого за день		ккал-1 533, Белки-55, Жиры-56, Углеводы-195	

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шипилов И.В.