



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 19.04.2021



Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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 кукурузная вязкая молочная с маслом	ккал-292, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-42	
<i>Крупа кукурузная, Молоко 3,2% 1л ТВА ультрапастеризованное, Вода питьевая, Сахар, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское</i>			
200	Какао напиток с молоком	ккал-154, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
<i>Какао-порошок 100 г, Молоко 3,2% 1л ТВА ультрапастеризованное, Вода питьевая, Сахар</i>			
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
130	Апельсин (нарезка)	ккал-49, Белки-1, Углеводы-11	
Итого за Завтрак		ккал-639, Белки-14, Жиры-23, Углеводы-94	70-00
<u>Обед</u>			
30	Икра кабачковая	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
250/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	ккал-111, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
<i>Свекла, Капуста белокочанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, томат-паста 1 кг, Масло растительное подсолнечное 5л, Сахар, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Сметана 15% 0,45л ф.п</i>			
250	Плов с цыплятами.	ккал-501, Белки-17, Жиры-25, Углеводы-53	
<i>Филе куриное охлажденное, Масло растительное подсолнечное 5л, Морковь свежая, Крупа рисовая пропаренная, Соль поваренная пищевая, Лук репчатый, томат-паста 1 кг, Вода питьевая</i>			
200	Компот из кураги	ккал-125, Белки-1, Углеводы-30	
<i>Курага, Сахар, Вода питьевая</i>			
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-992, Белки-27, Жиры-35, Углеводы-142	84-00
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Сюрпризная	ккал-205, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-33	
<i>Дрожжи хлебопекарные прессованные, Масло растительное подсолнечное 5л, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сахар, Соль поваренная пищевая, Яйцо куриное С-1, Курага, Вода питьевая</i>			
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
Итого за Полдник		ккал-321, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-42	35-00
Итого за день		ккал-1952, Белки-50, Жиры-71, Углеводы-277	

Зав. производством

 Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор



Шатнова И.И.