



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 19.05.2021

Утверждаю
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного питания"
Промышленного района
г.о.Самара

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Стоимость
питания
(руб)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
80	Котлеты Полтавские со сметанно-томатным соусом Говядина п.ф., Вода питьевая, Чеснок свежий, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное подсолнечное 5л., томат-паста 1 кг, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Вода питьевая, Сметана 15% 0,450л ф.п.	ккал-175, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-6	
100	Каша гречневая рассыпчатая с маслом. Крупа гречневая ядрица, Соль поваренная пищевая, Вода питьевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское	ккал-162, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-26	
200	Чай с сахаром Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак		ккал-510, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-63	70-00
Обед			
20	Икра кабачковая порционно.	ккал-24, Жиры-2, Углеводы-2	
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью укропа Капуста белокочанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, томат-паста 1 кг, Масло растительное подсолнечное 5л., Вода питьевая, Сметана 15% 0,450л ф.п., Укроп	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
230	Плов из отварной говядины Говядина п.ф., Крупа рисовая, Масло растительное подсолнечное 5л., Лук репчатый, Морковь свежая, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая	ккал-369, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-47	
200	Напиток клюквенный Школьный Клюква свежая, Вода питьевая, Сахар	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-780, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-117	84-00
Полдник			
100	Пирог Школьный"	ккал-481, Белки-4, Жиры-19, Углеводы-72	
150	Молоко кипяченое.	ккал-87, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	
Итого за Полдник		ккал-568, Белки-9, Жиры-24, Углеводы-79	35-00
Итого за день		ккал-1 857, Белки-49, Жиры-69, Углеводы-259	

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.