



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 90 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 26.04.2021

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

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	
35	Ветчина порционно.	ккал-98, Белки-8, Жиры-7	
200/10	Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным	ккал-304, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
	Геркулес, Молоко 3.2% 1л ТВА ультрапастеризованное, Вода питьевая, Сахар, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское		
200	Напиток кофейный с молоком	ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
	Кофейный напиток 100 г, Вода питьевая, Сахар, Молоко 3.2% 1л ТВА ультрапастеризованное		
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак		ккал-692, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-78	70-00
<u>Обед</u>			
15	Огурец свежий порционно.	ккал-2	
250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью укропа	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
	Капуста белокачанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, томат-паста 1 кг, Масло растительное подсолнечное 5л., Вода питьевая, Сметана 15% 0,450л ф.п, Укроп		
80	Филе куриное тушеное в сметанно-томатном соусе.	ккал-104, Белки-17, Жиры-3, Углеводы-3	
	Филе куриное охлажденное, Соль поваренная пищевая, Масло растительное подсолнечное 5л., томат-паста 1 кг, Сметана 15% 0,450л ф.п, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Вода питьевая		
100	Рис отварной	ккал-124, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21	
	Крупа рисовая пропаренная, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское		
200	Напиток из свежей ягоды	ккал-87, Углеводы-21	
	Сахар, Смородина черная, Вода питьевая		
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-633, Белки-28, Жиры-14, Углеводы-98	84-00
<u>Полдник</u>			
50	Пирожок печёный с яблоками	ккал-122, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-25	
	Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сахар, Масло растительное подсолнечное 5л., Соль поваренная пищевая, Дрожжи хлебопекарные прессованные, Вода питьевая, Яблоки 1 сорт для блюд, Сахар, Яйцо куриное С-1, Масло растительное подсолнечное 5л.		
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
Итого за Полдник		ккал-259, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-57	35-00
Итого за день		ккал-1 584, Белки-53, Жиры-48, Углеводы-234	

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.