



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 7

до 11 лет

Меню дневного рациона на 13.01.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.И. Аврякина

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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

105	"Колбаски" куриные с томатным соусом.	ккал-142, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-13	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-137, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-17	
200	Напиток шоколадный Хрустка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
515	Итого за Завтрак	ккал-450, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-62	75-00

Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-192, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-7	
165	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-145, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	Итого за Обед	ккал-738, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-106	96-00

Полдник

100	Сырники из творога с повидлом.	ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
300	Итого за Полдник	ккал-380, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-56	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и ст
 Меню дневного рациона на 13.01.2023

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
105	"Колбаски" куриные с томатным соусом.	ккал-142, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-13		
200	Картофельное пюре с маслом.	ккал-152, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-19		
200	Напиток шоколадный Хрутка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14		
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36		
565	Итого за Завтрак	ккал-556, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-82	33-78	75-00
<u>Обед</u>				
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10		
100	Бефстроганов из сердца	ккал-192, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-7		
180	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-158, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26		
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15		
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36		
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14		
821	Итого за Обед	ккал-751, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-108	46-36	96-00

Генеральный директор

Аврискина Т.Н.

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.

