



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 26.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н. Давыкина

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**

20	Ветчина порционно.	ккал-56, Белки-5, Жиры-4	
150/10/5	Макаронные изделия отварные с сыром..	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
90	Банан нарезка.	ккал-85, Белки-1, Углеводы-19	
505	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-580, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-101	

**Обед**

250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
105	Сливочная индюшка с соусом.	ккал-129, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-9	
150	Картофельное пюре с маслом и томатом свежим	ккал-103, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-650, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-100	

**Полдник**

90	Десерт "Нежность"	ккал-401, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
301	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-446, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-77	

**Итого за день** ккал-1 676, Белки-43, Жиры-44, Углеводы-277 **247-56**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.