



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 27.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 90 г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

260	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и свежим огурцом</i>	ккал-386, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-23	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	Итого за Завтрак	ккал-509, Белки-11, Жиры-30, Углеводы-50	

Обед

250/1	<i>Суп картофельный с горохом и зеленью.</i>	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
185	<i>Пельмени мясные отварные со сливочным маслом.</i>	ккал-312, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-34	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
726	Итого за Обед	ккал-757, Белки-32, Жиры-17, Углеводы-119	

Полдник

100	<i>Ватрушка с творогом.</i>	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-446, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-78	

Итого за день ккал-1 713, Белки-58, Жиры-55, Углеводы-247 **247-56**

Зав. производством

Е.Е. Макарова Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Т.Ф. Шацкова Шацкова Т.Ф.