



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 7.
Меню дневного рациона на 05.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

С.А. Макарова
С.А. Макарова

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			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	Итого за Завтрак	ккал-555, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-65	
Обед			
12,5/25	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23	
0/1			
100	Филе индейки тушеное с томатным соусом	ккал-166, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3	
150	Пюре гороховое с огурцом консервированным.	ккал-213, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-29	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
803,5	Итого за Обед	ккал-853, Белки-40, Жиры-23, Углеводы-123	
Полдник			
100	Десерт "Нежность"	ккал-446, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-73	
200	Морс клюквенный "Школьный"	ккал-62, Углеводы-15	
300	Итого за Полдник	ккал-508, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-89	
	Итого за день	ккал-1 917, Белки-60, Жиры-64, Углеводы-276	247-56

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапцова Т.Ф.

С.А. Макарова

Т.Ф. Шапцова