



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 7.
Меню дневного рациона на 09.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



А. Аврискина

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			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
150/15/5	Макаронные изделия отварные с сыром.	ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
505	Итого за Завтрак	ккал-544, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-81	
Обед			
250/5/1	Солянка домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
150	Рис отварной с маслом и томатом свежим	ккал-202, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
796	Итого за Обед	ккал-793, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-119	
Полдник			
90	Круассан с конфитюром	ккал-288, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-36	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
304,5	Итого за Полдник	ккал-334, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-47	
Итого за день		ккал-1 670, Белки-46, Жиры-55, Углеводы-248	247-56

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.