



Утверждаю:
 Генеральный директор ООО
 "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

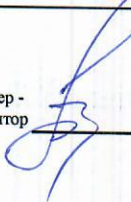
ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 62 г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 19.05.2021

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			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
80	Котлеты Полтавские со сметанно-томатным соусом <small>Говядина п/ф, Вода питьевая, Чеснок свежий, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное подсолнечное 5л., томат-паста 1 кг, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Вода питьевая, Сметана 15% 0,450л ф/н</small>	ккал-175, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-6	
100	Каша гречневая рассыпчатая с маслом. <small>Крупа гречневая ядрица, Соль поваренная пищевая, Вода питьевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское</small>	ккал-162, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-26	
200	Чай с сахаром <small>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар</small>	ккал-61, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный	ккал-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак		ккал-507, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-62	70-00
Обед			
20	Икра кабачковая порционно.	ккал-24, Жиры-2, Углеводы-2	
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью укропа <small>Капуста белокочанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, томат-паста 1 кг, Масло растительное подсолнечное 5л., Вода питьевая, Сметана 15% 0,450л ф/н, Укроп</small>	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
230	Плов из отварной говядины <small>Говядина п/ф, Крупа рисовая, Масло растительное подсолнечное 5л., Лук репчатый, Морковь свежая, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая</small>	ккал-369, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-47	
200	Напиток клюквенный Школьный <small>Клюква свежая, Вода питьевая, Сахар</small>	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед		ккал-780, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-117	84-00
Итого за день		ккал-1 286, Белки-41, Жиры-45, Углеводы-179	

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор  Брончугина Е.Н.