



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 20.05.2021

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5	<b>Масло порционно.</b>	ккал-33, Жиры-4	
150/15	<b>Пудинг из творога со сгущенным молоком.</b>	ккал-433, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-45	
	<small>Творог 9% жирности "Мумукино" 200г. Кинель, Крупа манная, Сахар, Яйцо куриное С-1, Изюм, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Ванилин, Сухари панировочные, Сметана 15% 0,450л ф/п, молоко цельное сгущенное "Верховье" 8,5% 380 г</small>		
200	<b>Кисель</b>	ккал-124, Углеводы-31	
	<small>Кисель, Вода питьевая, Сахар</small>		
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ккал-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
<b>Итого за Завтрак</b>		ккал-666, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-91	<b>70-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
10	<b>Зелёный горошек порционно</b>	ккал-4, Углеводы-1	
250/10/1	<b>Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа</b>	ккал-151, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-21	
	<small>Вода питьевая, Картофель, Крупа перловая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное 5л., Морковь свежая, Огурец консервированный стерилизованный 3,0 л., Соль поваренная пищевая, Сметана 15% 0,450л ф/п, Укроп</small>		
80	<b>Рыба, тушённая в томате с овощами.</b>	ккал-95, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-2	
	<small>Минтай потрошенный б/г, Вода питьевая, Морковь свежая, Лук репчатый, томат-паста 1 кг, Масло растительное подсолнечное 5л., Сахар, Соль поваренная пищевая</small>		
150	<b>Картофельное пюре с маслом</b>	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
	<small>Картофель, Молоко 3,2% пастер. 1 л. м.д.жс. ГОСТ ф/п, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Соль поваренная пищевая</small>		
200	<b>Напиток из лимона</b>	ккал-98, Углеводы-24	
	<small>Лимон свежий, Сахар, Вода питьевая</small>		
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<b>Ржаной хлеб.</b>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Обед</b>		ккал-681, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-105	<b>84-00</b>
<b>Итого за день</b>		ккал-1 347, Белки-53, Жиры-39, Углеводы-196	

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.