



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 62 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 21.05.2021

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



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>Завтрак</b>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
116	Омлет натуральный с маслом сливочным	ккал-227, Белки-11, Жиры-20, Углеводы-2	
	<small>Яйцо куриное С-1, Молоко 3,2 % пастер. 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Масло сливочное 72,5% крестьянское</small>		
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
	<small>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар, Смородина черная</small>		
30	Хлеб пшеничный	ккал-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
<b>Итого за Завтрак</b>		ккал-460, Белки-17, Жиры-32, Углеводы-27	<b>70-00</b>
<b>Обед</b>			
30	Помидор свежий порционно.	ккал-6, Углеводы-1	
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью укропа	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
	<small>Картофель, Горох колотый илилованный, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное 72,5% крестьянское, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Укроп</small>		
55	Шницель из говядины с маслом сливочным.	ккал-143, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-8	
	<small>Говядина п/ф, Хлеб пшеничный, Соль поваренная пищевая, Вода питьевая, Сухари панировочные, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное 5л., Масло сливочное 72,5% крестьянское</small>		
150	Каша пшеничная с маслом сливочным	ккал-230, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-38	
	<small>Крупа пшеничная, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское</small>		
200	Компот из сухофруктов.	ккал-92, Углеводы-23	
	<small>Сухофрукты, Сахар, Вода питьевая</small>		
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Обед</b>		ккал-833, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-135	<b>84-00</b>
<b>Итого за день</b>		ккал-1 293, Белки-43, Жиры-53, Углеводы-161	

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.