



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 102 г.о.Самара с 12 и старше 14 день
Меню дневного рациона на 21.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

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 порционное	ккал-66, Жиры-7	
280	Плов из птицы с огурцом консервированным.	ккал-438, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-57	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
544,5	Итого за Завтрак	ккал-671, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-93	

Обед

100	Икра свекольная.	ккал-121, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-11	
250/10/ 1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-127, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16	
280	Рыба запечённая с картофелем со сметанным соусом.	ккал-408, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-23	
200	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-99, Углеводы-25	
80	Хлеб пшеничный	ккал-242, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-48	
60	Ржаной хлеб	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
981	Итого за Обед	ккал-1 123, Белки-35, Жиры-44, Углеводы-142	
	Итого за день	ккал-1 793, Белки-54, Жиры-68, Углеводы-235	224-70

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.