



07.10.2026

Меню МБОУ ШКОЛА № 99 Г.О.САМАРА

Договор: ДС 99-Р от 11.01.2016

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
<u>Завтрак*</u>					
4,5	3,91	35,35	198,35	35	Бутерброд с маслом 5/30
24,88	17,85	18,77	335	160	Сырники из творога. Соус молоч. сладкий 160
4,07	3,54	14,8	107,3	200	Какао с молоком 200**
1,34	0,2	9,06	43,4	20	Хлеб пшеничный 20
<u>Второй завтрак*</u>					
2,9	2,5	4,2	51	100	Ряженка 100
37,69	28	82,18	735,05		
<u>Обед*</u>					
0,68	2,6	4,28	43,3	50	Салат " Осенний " 50
1,76	2,22	12,31	84,8	221	"Уха "Золотая рыбка" 200/20/1
10,6	8,98	2,81	148	80	Печень по-строгановски 80
4,91	3,77	23,56	147,8	134	Макаронные изделия отварные 134
0,61	0,25	16,18	69,41	180	Напиток из плодов шиповника 180**
1,34	0,2	9,06	43,4	20	Хлеб пшеничный 20
3,85	0,7	18,85	100,5	50	Хлеб ржано-пшеничный
23,75	18,72	87,05	637,21		
<u>Полдник*</u>					
3	14	25	238	50	Кекс " Радуга " * 50
0,05	0,02	8,3	33,6	200	Чай с сахаром 200**
3,05	14,02	33,3	271,6		
<u>Ужин*</u>					
3,92	15,1	27,19	260,3	180	Картофель и овощи, тушеные в соусе 180
0,44	0,02	25,06	102,2	200	Компот из кураги 1/200**
4,69	0,7	31,71	151,9	70	Хлеб пшеничный
9,05	15,82	83,96	514,4		
73,54	76,56	286,49	2 158,26		

Стоимость дня: 210,00

Руководитель производства

Сапрыкина Марина Анатольевна

Бухгалтер-калькулятор

Купташкина Любовь Александровна