



20.04.2026

**Меню МБОУ ШКОЛА № 99 Г.О.САМАРА**

**Договор: ДС 99-Р от 11.01.2016**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
<b><u>Завтрак*</u></b>					
6,8	6,81	35,35	234,75	45	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/30
11,64	15,8	4,53	206,88	150	Омлет натуральный 150с
2,85	2,41	11,87	80,6	180	Кофейный напиток с молоком 180**
2,01	0,3	13,59	65,1	30	Хлеб пшеничный 30
<b><u>Второй завтрак*</u></b>					
2,9	2,5	4	50	100	Кефир 100
26,2	27,82	69,34	637,33		
<b><u>Обед*</u></b>					
0,7	2,53	4,5	43,7	50	Салат из белокочанной капусты 50
1,74	2,27	11,43	73,2	202	Суп картофельный с пшеном и зеленью 200/2
13,72	11,46	18,27	231,1	200	Жаркое из цыплят 50/150с
0,14	0,14	17,51	71,9	180	Компот из свежих яблок + С вит 180**
4,02	0,6	27,18	130,2	60	Хлеб пшеничный 60
3,08	0,56	15,08	80,4	40	Хлеб ржано-пшеничный 40
23,4	17,56	93,97	630,5		
<b><u>Полдник*</u></b>					
2,9	13,2	28,25	243,5	50	Печенье "Песочное" 50
6,1	5,44	10,1	113	200	Молоко кипяченое 200
9	18,64	38,35	356,5		
<b><u>Ужин*</u></b>					
5,39	5,45	7,95	102,4	70	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом 40/30
3,16	4,66	31,79	181,7	130	Рис отварной 130
0,06	0,02	7,5	30,4	180	Чай с сахаром 180**
4,69	0,7	31,71	151,9	70	Хлеб пшеничный 70
13,3	10,83	78,95	466,4		
71,9	74,85	280,61	2 090,73		

Стоимость дня: 210,00

Руководитель производства  
 Бухгалтер-калькулятор

[Handwritten signature]

Сапрыкина Марина Анатольевна  
 Купташкина Любовь Александровна