



24.02.2026

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>					
6,8	6,81	35,35	234,75	45	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/30
5,5	9,95	30,85	235	205	Каша манная молочная жидкая 200/5
2,67	2,34	11,82	77	180	Чай с молоком 180**
<u>Второй завтрак*</u>					
2,9	2,5	4	50	100	Кефир 100
17,87	21,6	82,02	596,75		
<u>Обед*</u>					
1,81	4,84	13,45	104,7	207	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 200/5/2
12,41	11,08	10,81	192,7	155	Голубцы ленивые из птицы. Соус сметанный 155
2,45	3,84	16,34	109,8	120	Пюре картофельное 120
0,4	0,02	22,52	91,84	180	Компот из кураги + С витамином 180**
2,01	0,3	13,59	65,1	30	Хлеб пшеничный 30
3,85	0,7	18,85	100,5	50	Хлеб ржано-пшеничный 50
22,93	20,78	95,56	664,64		
<u>Полдник*</u>					
2,9	13,2	28,25	243,5	50	Печенье "Песочное" 50
0,44	0,02	25,06	102,2	200	Компот из изюма 200**
3,34	13,22	53,31	345,7		
<u>Ужин*</u>					
5,97	5,47	17,08	141,6	200	Суп молочный с гречневой крупой 200
0,05	0,02	8,3	33,6	200	Чай с сахаром 200**
4,02	0,6	27,18	130,2	60	Хлеб пшеничный 60
3,85	0,7	18,85	100,5	50	Хлеб ржано-пшеничный 50
0,4	0,4	9,8	44	100	Яблоко свежее порционное 100
14,29	7,19	81,21	449,9		
58,43	62,79	312,1	2 056,99		

Стоимость дня: 210,00

Руководитель производства

Бухгалтер-калькулятор

Сапрыкина Марина Анатольевна

Купташкина Любовь Александровна