

ОО "Комбинат школьного питания"  
детский сад Технический лицей ясли  
Меню дневного рациона  
на 16.12.2022

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Директор



Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>		
5/30 <i>Бутерброд со сливочным маслом.</i>	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
40 <i>Яйцо отварное</i>	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5 <i>Каша рисовая молочная жидкая с маслом</i>	ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
180/10 <i>Чай с молоком</i>	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100 <i>Напиток кисломолочный Снежок.</i>	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<b><u>Обед</u></b>		
150/5/1 <i>Рассольник Ленинградский со сметаной и укропом.</i>	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
70 <i>Тефтели мясные с соусом томатным</i>	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/30 <i>Каша гречневая вязкая, свекла отварная порционно</i>	ккал-133, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19	
180 <i>Компот из кураги</i>	ккал-80, Белки-1, Углеводы-19	
20 <i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20 <i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>		
50 <i>Булочка "Молочная."</i>	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
180 <i>Чай со смородиной.</i>	ккал-35, Углеводы-9	
<b><u>Ужин</u></b>		
70 <i>Гуляш из филе отварной птицы</i>	ккал-87, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-2	
130 <i>Вермишель отварная.</i>	ккал-172, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
180 <i>Кисель из сока натурального.</i>	ккал-119, Углеводы-29	
20 <i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>	ккал-1 666, Белки-58, Жиры-44, Углеводы-249	<b>179-00</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
тор

*Зав*

Заведеева О.А.