



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад Технический лицей  
 Меню дневного рациона  
 на 20.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района



Т.Н.Аврискина

ШКОЛЬНЫЕ ГРУППЫ  
 МБОУ ЛИЦЕЯ  
 «ТЕХНИЧЕСКИЙ»

*Рябу*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/30	Бутерброд со сливочным маслом.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	Каша манная молочная жидкая	ккал-216, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
220	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-335, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-41	
180	Компот из сухофруктов	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Полдник</u></b>			
55	Маффин	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
<b><u>Ужин</u></b>			
90	Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным	ккал-94, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6	
130	Пюре из картофеля	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
200/11/7	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-46, Углеводы-11	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 784, Белки-55, Жиры-52, Углеводы-275	<b>179-00</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

*Зав*

Заведеева О.А.