



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад Технический лицей  
Меню дневного рациона  
на 20.01.2023

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:  
Директор

*Рату*

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
180/10	Чай с молоком	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<b><u>Обед</u></b>			
200/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и укропом	ккал-91, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
70	Тефтели мясные с соусом томатным	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/30	Каша гречневая вязкая, свекла отварная порционно	ккал-133, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Ржаной хлеб.	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>			
48	Печенье "Топленое молоко"	ккал-216, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-33	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы	ккал-87, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-2	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным.	ккал-198, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 790, Белки-57, Жиры-50, Углеводы-278	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Заведеева О.А.

*Макарова Е.Е.*

*Заведеева О.А.*