



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад Технический лицей
Меню дневного рациона
на 22.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Директор

Дошкольные учреждения
МБОУ Лицей
"Технический"

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/30	Бутерброд со сливочным маслом.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Кефир.	ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тфтели мясные с соусом томатным	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/3	Гороховое пюре, лук зелёный порционно	ккал-200, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
20	Ржаной хлеб.	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
200/11	Чай с молоком.	ккал-105, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Отварной рис.	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 738, Белки-63, Жиры-57, Углеводы-244	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.