



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад Технический лицей ясли
 Меню дневного рациона
 на 22.03.2023

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района
 Т.Н.Аврискина
 ДОШКОЛЬНЫЕ ГРУППЫ
 МБОУ ЛИЦЕЯ
 «ТЕХНИЧЕСКИЙ»
 Ретуня



Согласовано:
 Директор

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	
40	Кабачковая икра.	ккал-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Кефир.	ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
150/1	Борщ из свежей капусты с картофелем с укропом	ккал-56, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Тефтели 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	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Крендель "Сахарный"	ккал-197, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-30	
180/10	Чай с молоком	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
130	Отварной рис	ккал-165, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-27	
180	Кисель из сока натурального.	ккал-119, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 658, Белки-61, Жиры-57, Углеводы-225	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.