



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад Технический лицей ясли
Меню дневного рациона
на 21.11.2022

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н.Аврискина
Согласовано:
Директор
МБОУ Лицей
"Технический"

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/30	Бутерброд со сливочным маслом	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
150/5	Каша манная молочная жидкая с маслом	ккал-170, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-24	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<u>Обед</u>			
30	Салат из квашеной капусты с луком	ккал-26, Жиры-2, Углеводы-2	
150/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-77, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
180	Плов из мяса птицы	ккал-290, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-35	
180	Компот из сухофруктов	ккал-68, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-71, Белки-2, Углеводы-10	
20	Ржаной хлеб.	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
40	Гренки из батона	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<u>Ужин</u>			
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	
180/10/7	Чай с сахаром и лимоном	ккал-41, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-71, Белки-2, Углеводы-10	
Итого за день:		ккал-1 528, Белки-49, Жиры-44, Углеводы-222	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.