



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад Технический лицей
Меню дневного рациона
на 31.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района



Т.Н.Аврискина
Директор

Согласовано:
Директор

МБОУ Лицей
«Технический»

Ротун

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. 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 | 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 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток кисломолочный Ряженка. | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 | Хлеб ржаной. | ккал-34, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Булочка "Молочная". | ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 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 | |
| Итого за день: | | ккал-1 742, Белки-59, Жиры-45, Углеводы-274 | 179-00 |

Зав. производством

ellf

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля
тр

Зав

Заведеева О.А.