



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад Технический лицей ясли  
Меню дневного рациона  
на 31.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина



Дошкольные группы  
МБОУ Лицей  
Технический

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

5/30	Бутиерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
100	Омлет натуральный..	ккал-154, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-2
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9

Завтрак 2

100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8
-----	------------------------------	---------------------

Обед

150/1	Борщ из свежей капусты с картофелем с укропом	ккал-56, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6
130	Гороховое пюре с маслом	ккал-193, 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-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10

Ужин

80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2
130	Отварной рис	ккал-176, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-32
180	Кисель из сока натурального.	ккал-119, Углеводы-29
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 565, Белки-56, Жиры-45,  
Углеводы-233

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
тор

Заведеева О.А.