



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад Технический лицей  
 Меню дневного рациона  
 на 14.10.2022

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
 Директор

ИЗДАТЕЛЬСКИЕ ГРУППЫ  
 МБОУ ЛИЦЕЙ  
 «ТЕХНИЧЕСКИЙ»

*Ромаш*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
180/5	Каша Дружба молочная жидкая	ккал-210, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
180	Напиток кофейный с молоком	ккал-97, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Молоко кипяченое..	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-57, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130/20	Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Полдник</u></b>			
40	Пряники	ккал-147, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-28	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
<b><u>Ужин</u></b>			
160	Запеканка из творога с морковью, с соусом молочным сладким	ккал-348, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-37	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-71, Белки-2, Углеводы-10	
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 754, Белки-52, Жиры-52, Углеводы-256	<b>179-00</b>

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

*О.А. Заведеева*

Заведеева О.А.

ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад Технический лицей ясли  
 Меню дневного рациона  
 на 14.10.2022

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
 Директор



*Рыж*

Системные группы  
 МБОУ Лицей  
 «Технический»

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>		
5/10/30 <i>Бутерброд с сыром и сливочным маслом</i>	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
180/5 <i>Каша Дружба молочная жидкая</i>	ккал-210, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
180 <i>Напиток кофейный с молоком</i>	ккал-97, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100 <i>Молоко кипяченое..</i>	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<b><u>Обед</u></b>		
150/1 <i>Щи из свежей капусты с картофелем и укропом.</i>	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70 <i>Котлеты из говядины с соусом томатным.</i>	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130/20 <i>Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком</i>	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180 <i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-60, Углеводы-15	
20 <i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-71, Белки-2, Углеводы-10	
20 <i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>		
40 <i>Пряники</i>	ккал-147, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-28	
180/10 <i>Чай (с сахаром).</i>	ккал-40, Углеводы-10	
<b><u>Ужин</u></b>		
160 <i>Запеканка из творога с морковью, с соусом молочным сладким</i>	ккал-348, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-37	
180 <i>Чай со смородиной.</i>	ккал-35, Углеводы-9	
20 <i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-71, Белки-2, Углеводы-10	
70 <i>Яблоки свежие нарезка.</i>	ккал-31, Углеводы-7	
<b>Итого за день:</b>		<b>179-00</b>
		ккал-1 671, Белки-51, Жиры-51, Углеводы-240

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
 тор

*О.А. Заведеева*

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад Технический лицей  
 Меню дневного рациона  
 на 17.10.2022

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
 Директор

МБОУ ЛИЦЕЙ  
 «ТЕХНИЧЕСКИЙ»

*Рыж*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/30	Бутерброд со сливочным маслом.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	ккал-223, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29	
200/11	Чай с молоком.	ккал-105, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Напиток из шиповника..	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	ккал-112, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-17	
80	Шницель из птицы с томатным соусом	ккал-126, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-8	
150/20	Каша гречневая вязкая с томатом свежим	ккал-150, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
180	Напиток клюквенный школьный.	ккал-56, Углеводы-14	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-141, Белки-3, Углеводы-20	
40	Ржаной хлеб	ккал-68, Белки-3, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
40	Гренки из батона	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
<b><u>Ужин</u></b>			
90	Ёжики Морские из рыбы с томатным соусом	ккал-78, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5	
130	Пюре из картофеля	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-119, Углеводы-30	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 724, Белки-51, Жиры-45, Углеводы-259	<b>179-00</b>

Зав. производством

*Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
 тор

*Зав*

Заведеева О.А.

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Директор

ГБОУ лицей  
"ТЕХНИЧЕСКИЙ"

ОО "Комбинат школьного питания"  
Технический сад Технический лицей ясли  
Меню дневного рациона  
на 17.10.2022

*Рыж*

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>		
1) Бутерброд со сливочным маслом	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
1/5 Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
10/10 Чай с молоком	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
150 Напиток из шиповника..	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14	
<b><u>Обед</u></b>		
150/1 Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом.	ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
80 Шницель из птицы с томатным соусом	ккал-126, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-8	
150/20 Каша гречневая вязкая с томатом свежим	ккал-150, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
180 Напиток клюквенный школьный.	ккал-56, Углеводы-14	
20 Хлеб пшеничный	ккал-71, Белки-2, Углеводы-10	
20 Ржаной хлеб.	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>		
40 Гренки из батона	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180/10 Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<b><u>Ужин</u></b>		
90 Ёжики Морские из рыбы с томатным соусом	ккал-78, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5	
130 Пюре из картофеля	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180 Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-88, Углеводы-22	
20 Хлеб пшеничный	ккал-71, Белки-2, Углеводы-10	
<b>Итого за день:</b>		
	ккал-1 492, Белки-43, Жиры-45, Углеводы-216	<b>179-00</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Бухгалтер-калькуля  
тор

*Зав* Заведеева О.А.