



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Меню дневного рациона на 11.11.2022

Согласовано:

Директор МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Т.Н.Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-137, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-17	
200	Кофейный напиток с молоком.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-536, Белки-16, Жиры-25, Углеводы-54	75-00
Обед			
250/10/	Суп рисовый с томатом, чесноком, сметаной и укропом	ккал-130, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16	
110	Котлеты рубленые из цыплят с соусом томатным.	ккал-200, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным и икрой кабачковой	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
841	Итого за Обед	ккал-832, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-113	95-00
Полдник			
90	Ватрушка с повидлом	ккал-286, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-58	
200/11	Чай с молоком и сахаром.	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
301	Итого за Полдник	ккал-361, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-72	40-00
Витаминизация 1 - 4 классы			
200	Морс вишневый "Школьный"	ккал-66, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-66, Углеводы-16	19-09

Зав. производством

Е.Е. Макарова Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Е.Н. Брюнчугина

Брюнчугина Е.Н.