



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Меню дневного рациона на 17.11.2022

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Лицей Технический г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
180	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким.</i>	ккал-359, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-33	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
80	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-36, Углеводы-8	
501	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-545, Белки-24, Жиры-17, Углеводы-66	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	<i>Суп картофельный с горохом и зеленью.</i>	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
260	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и огурцом консервированным</i>	ккал-386, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-23	
200	<i>Напиток из вишни..</i>	ккал-73, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
40	<i>Ржаной хлеб</i>	ккал-68, Белки-3, Углеводы-13	
811	<b>Итого за Обед</b>	ккал-809, Белки-21, Жиры-35, Углеводы-101	<b>95-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<i>Гребешок "Школьный"</i>	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	<i>Напиток кисломолочный Ряженка</i>	ккал-102, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-459, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-69	<b>40-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	<b>19-09</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.