



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара с 12 и старше
Меню дневного рациона на 21.06.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционное	ккал-66, Жиры-7	
150/15	Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком	ккал-376, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-37	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
150	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
566	Итого за Завтрак	ккал-632, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-78	
Обед			
100	Помидор свежий порционно	ккал-21, Белки-1, Углеводы-4	
15/250/1	Суп картофельный с клецками, фрикадельками из птицы и укропом	ккал-201, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-29	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом .	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
180	Пюре гороховое с маслом сливочным.	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
936	Итого за Обед	ккал-1 025, Белки-45, Жиры-26, Углеводы-154	
	Итого за день	ккал-1 657, Белки-69, Жиры-50, Углеводы-232	204-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.