



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Меню дневного рациона на 17.03.2023

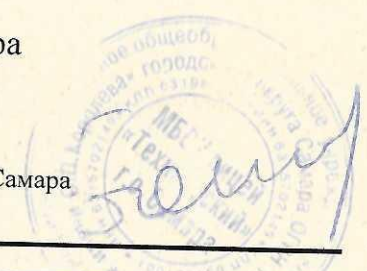
Утверждено

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы 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

110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
514,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-487, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-66	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-802, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121	<b>96-00</b>

Полдник

100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62	<b>45-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.