



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара с 12 и старше
 Меню дневного рациона на 14.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
280	Плов с мясом, кукуруза консервированная.	ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56	
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
553	Итого за Завтрак	ккал-707, Белки-16, Жиры-28, Углеводы-98	75-00
Обед			
250/50/1	Суп картофельный с пельменями мясными и зеленью	ккал-173, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-25	
110	Котлеты "Любительские" рыбные с соусом.	ккал-91, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-6	
130	Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
881	Итого за Обед	ккал-791, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-132	96-00
Полдник			
150/20	Блины со сгущенным молоком	ккал-408, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-68	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
370	Итого за Полдник	ккал-479, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-86	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.