



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Меню дневного рациона на 27.10.2022

Утверждаю:

Генеральный директор



С.В. Зверскина

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)
<u>Завтрак</u>			
180	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким.	ккал-359, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-33	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
80	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-36, Углеводы-8	
501	Итого за Завтрак	ккал-545, Белки-24, Жиры-17, Углеводы-66	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
260	Жаркое по-домашнему с мясом, огурец консервированный порционно	ккал-386, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-23	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
40	Ржаной хлеб	ккал-68, Белки-3, Углеводы-13	
811	Итого за Обед	ккал-822, Белки-21, Жиры-35, Углеводы-105	95-00
<u>Полдник</u>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Напиток кисломолочный Ряженка	ккал-102, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
300	Итого за Полдник	ккал-459, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-69	40-00
<u>Витаминоизация 1 - 4 классы</u>			
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	Итого за Витаминоизация 1 - 4 классы	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	19-09

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.