



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о. Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 14.06.2023

Утверждаю:

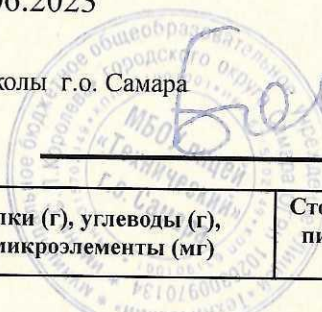
Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара



И.А. Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Тефтели мясные с томатным соусом	ккал-152, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
60	Батон пшеничный.	ккал-157, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31	
70	Апельсин (нарезка)	ккал-26, Белки-1, Углеводы-6	
600	Итого за Завтрак	ккал-548, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-79	
<u>Обед</u>			
10/250/	Рассольник Ленинградский с мясом,		
5/1	сметаной и укропом	ккал-169, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
280	Рыба запечённая с картофелем со сметанным соусом.	ккал-408, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-23	
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	
836	Итого за Обед	ккал-925, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-117	
	Итого за день	ккал-1 473, Белки-49, Жиры-54, Углеводы-196	204-65

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.