



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Меню дневного рациона на 13.09.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Т.Н. Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
150/15/ 5	Макаронные изделия отварные с сыром.	ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35	
200/11/3 ,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
524,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-606, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-63	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью укропа	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
170	Картофельное пюре с маслом сливочным и с томатом свежим порционно.	ккал-137, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-16	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	<b>Итого за Обед</b>	ккал-696, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-103	<b>95-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100/20	Оладьи со сгущенным молоком	ккал-330, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-52	
200	Напиток из плодов вишни	ккал-73, Углеводы-17	
320	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-403, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-69	<b>40-00</b>

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор  Брончугина Е.Н.