



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.02.2023

Утверждаю:

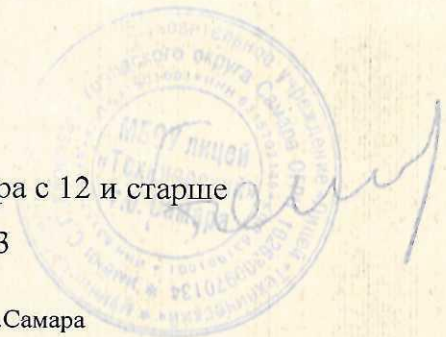
Генеральный директор



ООО "Комбинат школьного питания" г.о.Самара
Т.Г. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 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 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 12,5/25 0/1 | Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом | ккал-181, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-22 | |
| 105 | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом | ккал-92, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6 | |
| 180 | Картофельное пюре с маслом и зелёным 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 | |
| 838,5 | Итого за Обед | ккал-800, Белки-31, Жиры-18, Углеводы-129 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 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.