



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 02.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
120	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-53, Углеводы-12	
550	Итого за Завтрак	ккал-648, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-96	75-00

Обед

250/5/1	<i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i>	ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
280	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной.</i>	ккал-420, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-28	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
826	Итого за Обед	ккал-822, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-105	96-00

Полдник

150	<i>Витушка с изюмом.</i>	ккал-478, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-82	
200	<i>Молоко кипячёное</i>	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	Итого за Полдник	ккал-594, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-91	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.