

ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад Технический лицей ясли
 Меню дневного рациона
 на 18.05.2022

Утверждаю:

Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
 Директор



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 5/30 | Бутиерброд со сливочным маслом. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150/5 | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом | ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21 | |
| 180/10 | Чай с молоком | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 150 | Напиток кисломолочный Ряженка | ккал-76, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом. | ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8 | |
| 70 | Тефтели мясные с соусом сметанно-томатным | ккал-88, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7 | |
| 130 | Гороховое пюре с маслом | ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27 | |
| 180 | Напиток из лимонов свежих | ккал-55, Углеводы-14 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-71, Белки-2, Углеводы-10 | |
| 20 | Ржаной хлеб. | ккал-34, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Булочка "Плетенка" | ккал-204, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром) | ккал-40, Углеводы-10 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 80 | Рыба тушеная с овощами. | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 120 | Отварной рис | ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25 | |
| 180 | Кисель из натурального сока. | ккал-119, Углеводы-29 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-71, Белки-2, Углеводы-10 | |
| Итого за день: | | ккал-1 703, Белки-60, Жиры-53, Углеводы-237 | 151-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
 калькулятор

Колесникова Е.Б.