



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад Технический лицей
Меню дневного рациона
на 06.04.2022

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	Бутерброд 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 сахаром)	ккал-40, Углеводы-10	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Кефир.	ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
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-47, Белки-2, Углеводы-10	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Плетёнка".	ккал-204, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200/11	Чай с молоком.	ккал-105, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Отварной рис.	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
20	Хлеб пшеничный	ккал-47, Белки-2, Углеводы-10	
Итого за день:		ккал-1 747, Белки-61, Жиры-54, Углеводы-256	151-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.