

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Для Меню дневного рациона на 21.02.2023

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

100	"Колбаски" куриные с томатным соусом	ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	
170	Картофельное пюре с маслом и с зелёным горошком.	ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
200	Напиток шоколадный Хрутка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-430, Белки-19, Жиры-12, Углеводы-60	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-192, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-7	
165	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным.	ккал-157, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	<b>Итого за Обед</b>	ккал-750, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-108	<b>96-00</b>

Полдник

100	Сырники из творога с повидлом.	ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-380, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-56	<b>45-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.