



Тошаров

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района



Т.Н. Аврискина
Согласовано
Директор
Технический лицей

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад Технический лицей (дети с аллергией)

Меню дневного рациона
на 29.09.2023

Ротун

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
9/5	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	ккал-67, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<u>Обед</u>			
200/1	Рассольник Ленинградский с рисом и укропом	ккал-89, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-17	
40	Тефтели мясные	ккал-58, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-4	
130	Каша гречневая рассыпчатая.	ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
200	Напиток из вишни	ккал-89, Углеводы-22	
<u>Ужин</u>			
150	Рагу из овощей..	ккал-156, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-14	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
Итого за день:		ккал-1 203, Белки-32, Жиры-37, Углеводы-189	179-00

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

О.А. Завдеева

Завдеева О.А.