



Александр
Покларов.

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад Технический лицей (дети с аллергией)

Меню дневного рациона
на 04.10.2023



Рост

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Кабачковая икра	ккал-53, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
200/9/7	Чай с яблоками и с сахаром	ккал-39, 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	
40	Тефтели мясные	ккал-58, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-4	
130/20	Пюре гороховое, огурец свежий порционно	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Кисель из сока натурального.	ккал-119, Углеводы-29	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
Итого за день:		ккал-1 153, Белки-45, Жиры-35, Углеводы-165	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Заведеева О.А.