



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 26.01.2023

Утверждаю:

Генеральный директор:

ООО "КШП"



И.И. Авдеева

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

200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	Кофейный напиток с молоком.	ккал-106, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
120	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-53, Углеводы-12	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-630, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-83</b>	<b>75-00</b>

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
280	Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком.	ккал-417, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-27	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
826	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-865, Белки-19, Жиры-38, Углеводы-113</b>	<b>96-00</b>

Полдник

150	Гребешок "Школьный".	ккал-536, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-91	
200	Напиток кисломолочный Ряженка	ккал-102, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
350	<b>Итого за Полдник</b>	<b>ккал-638, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-99</b>	<b>45-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.