



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 01.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания" г.о.Самара
И.Н.Авдеевская

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)		эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180/20/6	Макаронные изделия отварные с сыром	ккал-305, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-41	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
562	Итого за Завтрак	ккал-638, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-78	75-00
Обед			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом.	ккал-138, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
180	Каши гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед	ккал-809, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-130	96-00
Полдник			
150	Плошка "Московская".	ккал-531, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-89	
200	Напиток кисломолочный Кефир	ккал-113, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
350	Итого за Полдник	ккал-644, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-97	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.