

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Меню дневного рациона на 17.01.2023

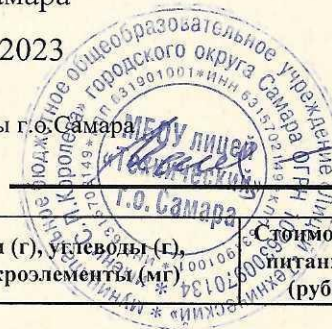
Утверждаю:

Генеральный директор ООО «КШП»

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

5	Масло порционн.	ккал-33, Жиры-4	
250	Плов с мясом, кукуруза консервированная	ккал-453, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-49	
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
503	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-622, Белки-18, Жиры-26, Углеводы-79	<b>75-00</b>

Обед

12,5/25	Суп картофельный с вермишелью и	ккал-181, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-22	
0/1	цыплятами и укропом		
105	Котлеты "Любительские" с соусом	ккал-92, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6	
160	Картофельное пюре с маслом и с зелёным горошком	ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
818,5	<b>Итого за Обед</b>	ккал-782, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-130	<b>96-00</b>

Полдник

100/10	Блинчики со сгущённым молоком	ккал-235, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-34	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
310	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-307, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-52	<b>45-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.