ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара

Меню дневного рациона на 01.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аврискина

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		
105	*Омлет натуральный с маслом*	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
150/15/5	*Макаронные изделия отварные с сыром.*	ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35	
200/11	*Чай с сахаром.*	ккал-45, Углеводы-11	
30	*Хлеб пшеничный*	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
516	**Итого за Завтрак**	ккал-557, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-66	*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	
150	*Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.*	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
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	
791	**Итого за Обед**	ккал-781, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-126	*96-00*
	Полдник		
100	*Плюшка "Московская"*	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	*Напиток кисломолочный Кефир*	ккал-113, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
300	**Итого за Полдник**	ккал-471, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-68	*45-00*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.