



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Технический г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 26.12.2023

Утверждаю:

Генеральный директор:

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Т.И. Уваровская

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------|---|--|-------------------------------|
| Завтрак | | | |
| 10 | Масло порционно | ккал-66, Жиры-7 | |
| 230 | Плов с мясом | ккал-421, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47 | |
| 200/11/9 | Чай с лимоном, сахаром | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-654, Белки-13, Жиры-30, Углеводы-82 | 75-00 |
| Обед | | | |
| 250/1- | Суп картофельный с вермишелью и укропом. | ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23 | |
| 100 | Котлеты рыбные с соусом томатным. | ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-677, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-113 | 96-00 |
| Полдник | | | |
| 100/10 | Оладьи со сгущенным молоком. | ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43 | |
| 200/11- | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 321 | Итого за Полдник | ккал-328, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54 | 45-00 |
| Витаминизация | | | |
| 200 | Морс вишневый Школьный | ккал-66, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-66, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Е.Н. Брончугина

Брончугина Е.Н.