



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 01.12.2023



Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

сш Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	"Медальон" мясной с соусом томатным	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11/3	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
5			
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	Итого за Завтрак	ккал-516, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-82	75-00
<u>Обед</u>			
250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
105	Сосиска отварная с томатным соусом..	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
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	
831	Итого за Обед	ккал-796, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-118	96-00
<u>Полдник</u>			
150	Ватрушка с творогом.	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
350	Итого за Полдник	ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85	45-00
<u>Витаминизация</u>			
200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация	ккал-68, Углеводы-16	18-01

Зав. производством

сш

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Б

Брончугина Е.Н.