



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 22.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



И.А. Аврискина



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

Завтрак

100	<i>Биточки "Школьные" с соусом томатным .</i>	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
210	<i>Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой</i>	ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
550	Итого за Завтрак	ккал-570, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-81	75-00

Обед

250/1	<i>Суп картофельный с горохом и зеленью.</i>	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	<i>Рыба тушёная в томате с овощами</i>	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	<i>Рис отварной с маслом .</i>	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед	ккал-799, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-124	96-00

Полдник

150	<i>Крендель "Сахарный".</i>	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200	<i>Молоко кипячёное</i>	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	Итого за Полдник	ккал-413, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-55	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Брюнчугина Е.Н.