



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 10.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Г.Н.Аврискина

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Котлеты "Диетические" с соусом томатным | ккал-200, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10 | |
| 180 | Рис отварной с маслом и кукурузой консервированной. | ккал-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 551 | Итого за Завтрак | ккал-631, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-92 | 85-00 |
| Обед | | | |
| 10/250/1 | Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом | ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20 | |
| 105 | Сосиска отварная с томатным соусом.. | ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5 | |
| 180 | Капуста тушёная белокочанная | ккал-137, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-16 | |
| 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 | |
| 836 | Итого за Обед | ккал-751, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-110 | 110-00 |
| Полдник | | | |
| 150 | Булочка "Плетёнка". | ккал-586, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-86 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 350 | Итого за Полдник | ккал-654, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-103 | 45-00 |
| Полдник СВО | | | |
| 100 | Булочка " Плетёнка" | ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 50 | Яблоко свежее (нарезка) . | ккал-22, Углеводы-5 | |
| 361 | Итого за Полдник СВО | ккал-458, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-73 | 54-13 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.