

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 16.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	"Медальон" мясной с соусом томатным	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
180	Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-512, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-77	<b>85-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
10/250/ 5/1	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной и зеленью	ккал-101, Белки-5, Жиры-5, 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	
841	<b>Итого за Обед</b>	ккал-800, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-119	<b>110-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
150	Ватрушка с творогом.	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85	<b>45-00</b>
<b><u>Полдник СВО</u></b>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка).	ккал-19, Углеводы-4	
361	<b>Итого за Полдник СВО</b>	ккал-355, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-76	<b>54-13</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.