

ООО "Комбинат социального питания"

"Согласовано"  
И.О. Директора  
МБОУ "Лесогорская СОШ"

  
В.А. Бельшева  
М.П.



Меню на  
14 марта 2025, с 12 лет и старше

### ЗАВТРАК

| Наименование   | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--|-------|------|--------------|-------|------|----------|
| Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным | 260   | 62,4 | 206          | 10    | 14   | 10       |
| Какао на молоке  | 200   |      | 145          | 4     | 4    | 25       |
| Батон пшеничный в/с  | 60    |      | 140          | 5     | 1    | 29       |
| Джем/Повидло   | 30    |      | 87           |       |      | 17       |
| Итого  | 550   |      | 578          | 19    | 19   | 81       |
|  |       |      |              |       |      |          |
|  |       |      |              |       |      |          |
|  |       |      |              |       |      |          |

### ОБЕД

|                              |     |      |       |      |      |        |
|------------------------------|-----|------|-------|------|------|--------|
| Салат из квашеной капусты    | 60  |      | 51,6  | 1,3  | 3    | 5,1    |
| Суп картофельный с курой     | 210 |      | 101,6 | 3,98 | 3,62 | 13,31  |
| Котлеты рыбные с соусом №326 | 90  | 85,6 | 189   | 12   | 12   | 9      |
| Рис отварной                 | 150 |      | 210   | 3,67 | 5,42 | 36,67  |
| Чай с сахаром и лимоном      | 200 |      | 42    |      |      | 10     |
| Хлеб пшеничный               | 20  |      | 46,76 | 1,58 | 0,2  | 9,66   |
| Хлеб ржано-пшеничный         | 40  |      | 91,96 | 2,24 | 0,44 | 19,765 |
|                              |     |      |       |      |      |        |
| Итого                        | 770 | 148  | 733   | 25   | 25   | 104    |

Ответственный за питание:



Зав. Производством:

Калькулятор: