



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174 ясли

Меню дневного рациона

на 07.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано: И.Н. Аврискина

Заведующий МБДОУ

| Выход (г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                     |                                                                                |                               |
| 5/30                    | Бутерброд с маслом сливочным.                       | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15                                         |                               |
| 150/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с<br>маслом       | ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21                                         |                               |
| 180/10                  | Чай с молоком.                                      | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14                                          |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                     |                                                                                |                               |
| 100                     | Напиток из шиповника.                               | ккал-42, Углеводы-10                                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                     |                                                                                |                               |
| 150/1                   | Суп картофельный с горохом на<br>бульоне с укропом. | ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13                                          |                               |
| 80                      | Шницель из птицы с томатным<br>соусом               | ккал-126, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-8                                          |                               |
| 130                     | Каша гречневая вязкая с маслом<br>сливочным         | ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18                                         |                               |
| 180                     | Напиток клюквенный школьный.                        | ккал-56, Углеводы-14                                                           |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12                                          |                               |
| 20                      | Хлеб ржаной.                                        | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7                                                   |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                     |                                                                                |                               |
| 50                      | Печенье "Детское"                                   | ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34                                        |                               |
| 150/7                   | Чай с сахаром..                                     | ккал-28, Углеводы-7                                                            |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                     |                                                                                |                               |
| 90                      | Тефтели рыбные с соусом.                            | ккал-84, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-7                                           |                               |
| 130                     | Пюре картофельное с маслом<br>сливочным.            | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12                                          |                               |
| 150                     | Кисель из вишни (фруктово-ягодный).                 | ккал-74, Углеводы-18                                                           |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12                                          |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                     | ккал-1 538, Белки-45, Жиры-51,<br>Углеводы-223                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.