



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 (дети с аллергией)  
Меню дневного рациона  
на 08.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

|        |                                                    |                                        |  |
|--------|----------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 200    | Каша пищённая жидкая на воде с растительным маслом | ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32 |  |
| 180/10 | Чай (с сахаром).                                   | ккал-40, Углеводы-10                   |  |
| 30     | Хлеб пшеничный..                                   | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |  |
| 150    | Яблоки свежие нарезка.                             | ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15  |  |

Завтрак 2

|     |                |                                |  |
|-----|----------------|--------------------------------|--|
| 200 | Сок фруктовый. | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 |  |
|-----|----------------|--------------------------------|--|

Обед

|       |                                               |                                          |  |
|-------|-----------------------------------------------|------------------------------------------|--|
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11    |  |
| 200   | Плов из птицы с огурцом консервированным.     | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 |  |
| 180   | Напиток клюквенный школьный                   | ккал-56, Углеводы-14                     |  |
| 30    | Хлеб пшеничный..                              | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18    |  |
| 30    | Хлеб ржаной .                                 | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14            |  |

Полдник

|     |                              |                                        |  |
|-----|------------------------------|----------------------------------------|--|
| 50  | Булочка "Вкусная"            | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 |  |
| 180 | Кисель из сока натурального. | ккал-119, Углеводы-29                  |  |

Ужин

|        |                                                     |                                       |  |
|--------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------|--|
| 70     | Оладьи из печени с соусом томатным                  | ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4  |  |
| 120    | Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным . | ккал-77, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8  |  |
| 200/11 | Чай (с сахаром)                                     | ккал-45, Углеводы-11                  |  |
| 20     | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 |  |

Итого за день: ккал-1 662, Белки-42, Жиры-35,  
Углеводы-295

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Копесникова Е.Б.