



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией)

Меню дневного рациона
на 13.10.2023

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Завтрак 2			
200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
Обед			
200/1	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	ккал-194, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-29	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Полдник			
40	Сухарики из пшеничного хлеба	ккал-147, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
200	Напиток из вишни	ккал-73, Углеводы-17	
Ужин			
70	Гуляш из филе птицы .	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
150	Вермишель отварная с маслом растительным	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за день:		ккал-1 699, Белки-53, Жиры-30, Углеводы-304	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.