



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 ясли
Меню дневного рациона
на 15.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Е.М. Аврискина

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

Завтрак

5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
110	Запеканка "Лакомка".	ккал-275, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-22	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
50	Яблоки свежие нарезка.	ккал-22, Углеводы-5	

Завтрак 2

100	Напиток клюквенный Школьный.	ккал-31, Углеводы-8	
-----	------------------------------	---------------------	--

Обед

150/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
150	Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
150	Напиток из апельсинов	ккал-61, Углеводы-16	

Ужин

30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
165	Макаронные отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
180/10/7	Чай с сахаром и лимоном	ккал-41, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 570, Белки-50, Жиры-44,
Углеводы-241

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.