



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 ясли
Меню дневного рациона
на 18.10.2023

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200/9/7	Чай с яблоками и с сахаром	ккал-39, Углеводы-10	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Кефир.	ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
150/1	Борщ из свежей капусты с картофелем с укропом	ккал-56, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/20	Пюре гороховое, огурец свежий порционно	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
150/7	Чай с сахаром..	ккал-28, Углеводы-7	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
130	Отварной рис	ккал-165, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-27	
180	Кисель из сока натурального.	ккал-119, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 584, Белки-60, Жиры-50, Углеводы-222	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.