



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 ясли  
Меню дневного рациона  
на 18.12.2023

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),<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 рассыпчатая.                         | ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30                                         |                               |
| 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>   |                                                     |                                                                                |                               |
| 40                      | Гренки из батона                                    | ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18                                         |                               |
| 180/10                  | Чай (с сахаром).                                    | ккал-40, Углеводы-10                                                           |                               |
| <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                                          |                               |
| 180                     | Кисель из вишни (фруктово-ягодный)                  | ккал-88, Углеводы-22                                                           |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12                                          |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                     | ккал-1 467, Белки-47, Жиры-41,<br>Углеводы-225                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.