



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

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

Меню дневного рациона  
на 20.02.2024

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврикина

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

Завтрак

|        |                                           |                                          |  |
|--------|-------------------------------------------|------------------------------------------|--|
| 5/30   | Бутерброд с маслом сливочным.             | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15   |  |
| 30     | Салат из моркови с сахаром.               | ккал-15, Углеводы-3                      |  |
| 150    | Запеканка из творога с рисом со сметаной. | ккал-309, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-24 |  |
| 180/10 | Чай (с сахаром).                          | ккал-40, Углеводы-10                     |  |

Завтрак 2

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

Обед

|       |                         |                                        |  |
|-------|-------------------------|----------------------------------------|--|
| 200/1 | Суп полевой с укропом   | ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16  |  |
| 180   | Рагу из овощей.         | ккал-101, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16 |  |
| 180   | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17                   |  |
| 40    | Хлеб пшеничный.         | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |
| 40    | Хлеб ржаной             | ккал-84, Белки-3, Углеводы-13          |  |

Полдник

|     |                   |                                         |  |
|-----|-------------------|-----------------------------------------|--|
| 50  | Печенье "Детское" | ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34 |  |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10                    |  |

Ужин

|                |                                                |                                        |  |
|----------------|------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 50             | Икра кабачковая.                               | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4   |  |
| 165            | Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным. | ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35 |  |
| 200/11/<br>3,5 | Чай с лимоном и сахаром.                       | ккал-46, Углеводы-11                   |  |
| 40             | Хлеб пшеничный.                                | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |

Итого за день: ккал-1 858, Белки-50, Жиры-54,  
Углеводы-290

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Колесникова Е.Б.