



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 22.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискينا

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
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	
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Завтрак 2</u>			
200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<u>Обед</u>			
200/1	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-124, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
120	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным.	ккал-77, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "К кофе".	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14	
<u>Ужин</u>			
70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
120	Каша гречневая вязкая с маслом подсолнечным	ккал-120, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 603, Белки-47, Жиры-38, Углеводы-268	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.