



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174 ясли

Меню дневного рациона
на 22.12.2023

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
-----	-----------------	----------------------	--

Обед

150	Рассольник Ленинградский.	ккал-74, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12	
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130	Каша гречневая рассыпчатая.	ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
150	Напиток из вишни.	ккал-52, Углеводы-13	

Ужин

70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
130	Вермишель отварная.	ккал-172, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 600, Белки-51, Жиры-38,
Углеводы-251

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.